Bogdan Popoveniuc

Elemente de Psihologie generală

Editura Universităţii „Ştefan cel Mare” din Suceava

2011

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
POPOVENIUC, BOGDAN
Elemente de psihologie generală / Bogdan Popoveniuc. - Suceava : Editura Universităţii "Ştefan cel Mare", 2011
Bibliogr.
ISBN 978-973-666-383-3

159.9

Cuprins

Introducere

Prezenta lucrare îşi propune familiarizarea cititorilor cu specificul abordării psihologice a fenomenului uman, principalele concepte, legile generale şi caracteristicile majore care definesc procesele psihice fundamentale. Este evident că diversitatea şi multitudinea paradigmelor explicative apărute de-a lungul timpului în psihologie, controversele moderne asupra celor mai potrivite modele explicative ale mecanismelor psihice fac imposibilă înfăţişarea unui tablou complet al stadiului actual de cunoaştere din acest domeniu. Unde a fost posibil am prezentat principalele paradigme explicative, precum şi problemele rămase nerezolvate în cadrul acestora şi direcţiile contemporane de cercetare. Cartea este organizată după modelul cursurilor universitare, la finalul fiecărui capitol regăsindu-se câte un scurt rezumat recapitulativ, cuvinte cheie, precum şi câteva întrebări de verificare.

La finalul cărţii se găseşte un minidicţionar cu termeni de specialitate. Obiectivul fundamental al cărţii îl constituie acomodarea cititorilor cu limbajul de specialitate, demascarea unora dintre prejudecăţile şi stereotipurile eronate asupra proceselor psihice, dezvăluirea şi explicarea cauzelor şi mecanismelor comportamentelor, limpezirea unora dintre incertitudinile şi neclarităţile legate de trăirile afective etc. Neputând epuiza complexitatea şi dinamica domeniului prezentat, lucru care nici nu ar fi de dorit (din perspectivă pedagogică căzându-se în eroarea sugerării existenţei unei paradigme definitive, statice, încheiate a cunoaşterii ştiinţifice, lucru extrem de neadevărat) cartea se doreşte a fi un punct de plecare pentru oricine este interesat de înţelegerea acestui miracol (mister) care este conştiinţa umană, pornind de la prezentarea realizărilor cunoaşterii ştiinţifice contemporane în acest domeniu.

Capitolul I Obiectul psihologiei

Deşi originea sa etimologică pare destul de clară (din grecescul *psyche* – suflet şi *logos* – discurs, teorie despre, ştiinţă), circumscrierea obiectului şi domeniului psihologiei a devenit destul de dificilă după 150 de ani de dezvoltare (instituţională). Înţelegerea „sufletului” uman, a ceea ce îi corespunde în realitate acestuia, a ceea ce îl condiţionează, metodele prin care această „entitate” poate fi observată şi studiată, au variat şi variază destul de mult în perspectivele diverselor direcţii de studiu. Aceasta deoarece psihologia, ca ştiinţă şi domeniu de cercetare, a fost şi este dependentă de trecutul său (concepţiile, realizările şi succesele înregistrate până acum în studierea omului), de concepţia despre om (care s-a schimbat şi care va continua să se modifice odată cu dezvoltarea societăţii şi a culturii, odată cu ideologiile şi miturile referitoare la locul şi rostul omului în lume), modificările sociale, progresul celorlalte ştiinţe (într-un fel se puteau face experimente în secolul al XIX-lea şi altfel poate fi studiată, spre exemplu, baza bio-fiziologică a proceselor cognitive folosind noile tehnologii informaţionale şi de explorare), la fel cum şi progresul economic a fost întotdeauna o condiţie necesară pentru ca programele de studiu de amploare să poată fi iniţiate şi finalizate.

Dacă avem în vedere elementele asupra cărora s-au concentrat psihologii de-a lungul timpului, o primă definiţie care s-ar putea contura este aceea că *psihologia este ştiinţa comportamentului şi a funcţionării minţii (ori a creierului).*

În funcţie de interesul acordat anumitor manifestări ale acestei realităţi complexe sau de elementele care au fost considerate ca putând fi studiate ştiinţific, s-au conturat mai multe perspective. Cei care au considerat că obiectul psihologiei îl constituie viaţa interioară a individului (indiferent de forma, natura sau calitatea acesteia) au format curente precum *fenomenologia* sau *psihanaliza*; alţii au considerat comportamentul (*behaviorismul*) sau activitatea (*psihologia conduitei*) ca fiind singura manifestare ce poate fi studiată (i.e. măsurată şi observată) ştiinţific, alţii au considerat că numai personalitatea (*psihologia personalităţii*) sau omul concret, unitar (*psihologia umanistă*) pot constitui adevăratul obiect al psihologiei. Din această perspectivă, de-a lungul timpului, s-au conturat mai multe direcţii de cercetare. Edward E. Smith, Susan Nolen-Hoeksema, Barbara L.

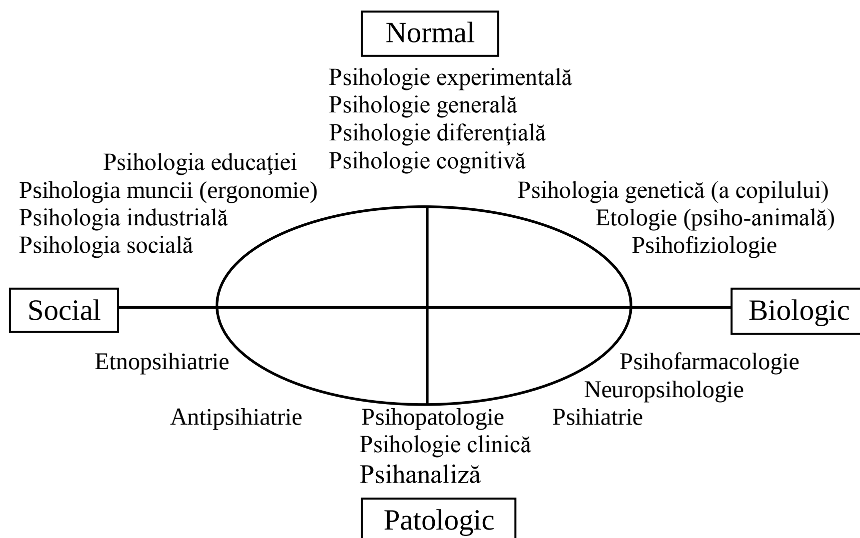
Fredrickson şi Geoffrey Loftus (2005), de exemplu, consideră că există 5 asemenea abordări: *perspectiva biologică* – care vizează substratul material anatomic şi fiziologic al proceselor psihice, *perspectiva comportamentală* – axată pe studiul manifestărilor exterioare ale realităţii psihice în comportament, *perspectiva cognitivistă* – care se focalizează strict pe studiul proceselor mentale, *perspectiva subiectivistă* (sau fenomenologică) – axată pe analiza experienţelor interioare trăite de individ, şi *perspectiva psihanalitică*. Nicky Hayes şi Sue Orrell (1997) consideră că ar fi şase asemenea abordări fundamentale: *biologică*, *behavioristă*, *cognitivă*, *umanistă*, *socială* (interesată de modul în care interacţionează oamenii, factorii individuali implicaţi, atitudinile şi credinţele sociale) şi *psihologia dezvoltării* (interesată de modul în care oamenii se schimbă din punct de vedere emoţional, social şi cognitiv de-a lungul timpului).

Pentru a vedea cât de diferite (dar nu exclusive, ci complementare) sunt aceste perspective de abordare a psihicului uman, să luăm, de exemplu, reacţia de lovire a unei persoane care v-a insultat. Din perspectivă *biologistă* a avut loc activarea unor arii cerebrale şi stimularea neuronilor care activează mişcarea braţului, din perspectivă *behavioristă* lovirea reprezintă un comportament învăţat, ca reacţie la un stimul exterior, insulta, şi care a fost recompensat în trecut (urmat de o stare de satisfacţie), din perspectivă *cognitivistă* se vizează explicarea comportamentului din perspectiva proceselor mentale implicate, lovirea făcând parte din *planul* prin care aţi vizat să vă atingeţi obiectivul (apărarea onoarei), din perspectivă *subiectivistă* lovirea reprezintă o reacţie pe care aţi avut-o datorită faptului că aţi interpretat afirmaţia respectivă ca fiind o insultă, iar din perspectiva *psihanalitică* lovirea reprezintă manifestarea, în condiţii de frustrare, a instinctului agresiv inconştient care există în fiecare. Deşi există importante dispute între adepţii diverselor direcţii privind relevanţa şi obiectivitatea (valoarea ştiinţifică) a acestor descripţii, de cele mai multe ori ele nu se exclud, ci reprezintă, mai degrabă, descrieri alternative, care surprind aspecte diferite ale aceleaşi realităţi complexe, care este fiinţa umană.

Domeniile psihologiei

Datorită acumulării enorme de informaţie din ultimele decenii, precum şi a necesităţii utilizării ei în varii domenii ale activităţii umanului, psihologia, ca domeniu de cercetare, s-a diversificat foarte

mult, apărând numeroase domenii şi specializări. Pentru o mai bună ordonare a lor, putem folosi, după cum sugerează Alain Lieury (1996), două axe principale în funcţie de obiectul, scopul şi aplicaţiile investigaţiei subdomeniului respectiv. O axă va delimita sectoarele psihologiei în funcţie de gradul de normalitate a aspectului psihologic studiat, iar cea de-a doua va viza ponderea acordată influenţelor celor două aspecte indisociabile ale faptului psihic uman: biologic şi social. Pe de o parte, realitatea psihică are ca suport material organismul (creierul uman), iar pe de alta, spre deosebire de oricare altă vieţuitoare, fiinţa umană nu îşi poate dezvolta potenţialităţile până la atingerea statutului uman decât prin traiul în societate, de unde şi rolul esenţial pe care îl au interacţiunile cu semenii şi instituţiile sociale. Într-o viziune de ansamblu principalele subdomenii vor arăta ca în figura următoare:



Principalele subdomenii din psihologie

Natura psihicului uman

Spre deosebire de procesele şi fenomenele studiate de ştiinţele naturii sau cele sociale, în cazul fenomenelor psihice, caracteristicile acestora fac imposibilă recurgerea la multe dintre metodele şi abordările folosite cu succes în alte domenii. Faptul psihic este în esenţa lui interioritate umană trăită, fapt care îl face inaccesibil observaţiei

ştiinţifice aşa cum este ea folosită în alte domenii. Precum arăta Roger Mucchielli (1974), faptele umane au câteva caracteristici care le fac incompatibile cu modul de abordare din ştiinţele naturii.

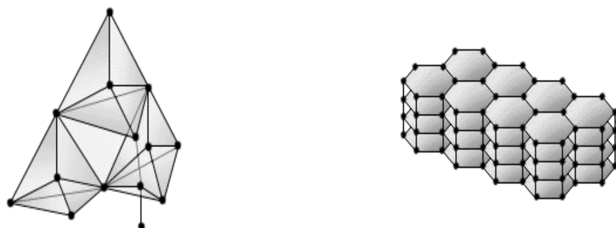
Astfel, *faptul uman este global*, nu poate fi descompus în părţi distincte de analizat, el fiind o sinteză, la un alt nivel de complexitate, dar şi de realitate, a factorilor biologici, sociali şi culturali, iar însumarea aditivă a acestora nu poate oferi o imagine adecvată a naturii sale; de asemenea, *faptul uman nu poate fi înţeles decât în baza analogiei dintre observator şi observat*, o dată pentru că trăirea psihologică nu poate fi înţeleasă decât prin empatie, a doua oară pentru că tratarea subiectului ca obiect, ca lucru, pierde chiar esenţa a ceea ce se doreşte înţeles; *faptul uman este expresia ansamblului de semnificaţii*, al valorilor şi conceptelor trăite de subiectul care acţionează; *faptul uman înseamnă*, concomitent, *atestarea unei prezenţe* individuale, cea a subiectului care trăieşte, simte, valorizează şi care se desfăşoară în timp şi spaţiu ca şi conştiinţă; şi, nu în ultimul rând, *faptul uman este influenţat de reciprocitatea observaţiei*, conştiinţa existenţei observatorului modificând însăşi desfăşurarea faptului psihic ca atare. În aceste condiţii, cum mai este posibil accesul, analizarea, descrierea şi înţelegerea ştiinţifică, obiectivă, a proceselor şi fenomenelor psihice? Atunci când nu vizează descrierea reacţiilor neuro-fiziologice ori manifestarea exterioară a comportamentului mai poate rămâne psihologia un domeniu de cercetare ştiinţifică obiectivă?

Pentru a răspunde la aceste întrebări trebuie să avem un concept clar despre ceea ce înţelegem prin psihic. În această problemă s-au confruntat, de-a lungul timpului, trei mari paradigme. Prima susţine că psihicul este o realitate diferită de cea materială, a organismului, (în speţă, creierul), dar *cu care interacţionează* (interacţionismul); cea de-a doua paradigmă vede psihicul ca o realitate distinctă de materie şi care funcţionează *în paralel* cu aceasta (paralelismul sau dualismul); iar potrivit celei de-a treia, psihicul este acelaşi lucru cu activitatea creierului, mai exact este *forma pe care o îmbracă succesiunea proceselor nervoase din creier* (monismul) (Cosmovici şi Celmare, 1990). Conform ultimei, procesele psihice sunt legate de procesele materiale, dar nu se reduc la acestea. De exemplu, deşi imaginile corpurilor exterioare sunt doar rezultatul impulsurilor nervoase din creier şi nu reproducerile caracteristicilor obiectelor percepţiei (harta nu este teritoriul), ele reproduc, însă, raporturile existente între lungimile de

undă ale imaginii reflectate de corpuri (exemplul va fi detaliat mai mult la analiza senzaţiilor vizuale). Imaginea (un sistem precizat de raporturi) este, prin urmare, un fenomen psihic care traduce sau codifică un fapt fizic exterior.

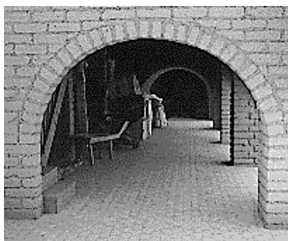
Mai mult de atât, psihicul nu este doar imagine, el este şi concept şi/sau formă, într-un cuvânt, *informaţie*; mai exact, *un program informaţional apt să se auto-programeze*. La fel cum *forma* (structura, configuraţia) determină realitatea materială sau pe cea a proceselor fizice, la fel, formele pe care le iau procesele nervoase pot fi modificate, reglate şi comandate, conştient şi inconştient, de către epifenomenul autonom al activităţii cerebrale: conştiinţa.

Importanţa structurii (formei) în cadrul realităţii obiectelor materiale este sugestiv ilustrată de alotropia carbonului. În funcţie de structura în care cristalizează – cubic sau hexagonal – el poate fi mult râvnitul diamant (a) sau banalul grafit (b), cu proprietăţi fizice şi chimice extrem de diferite.



(a) structura cristalină a diamantului (b) structura hexagonală stratificată a grafitului

În aceeaşi măsură, procesele fizice sunt direct influenţate de „aranjamentul” (structura) obiectelor fizice. Aceleaşi cărămizi care aşezate una *peste* cealaltă vor cădea, aşezate sub formă de boltă se sprijină una *în* alta anulând împreună efectul pe care forţa gravitaţională îl are asupra fiecăreia dintre ele.



În paralel cu cauzalitatea materială a structurilor organice neuro-fiziologice psihicul poate exercita şi o influenţă simţită, extrem de

evidentă, o *cauzalitate structurală* asupra proceselor neuronale, având astfel posibilitatea de determinare şi alegere, fapt care îi permite să aibă un rol *activ* şi *transformator* în cadrul desfăşurării vieţii psihice. Dacă ne imaginăm o situaţie periculoasă, această reprezentare va determina modificări fiziologice corespunzătoare la nivelul organismului; în mod similar, imaginarea unui peisaj relaxant, de vis, va determina o stare de relaxare şi bunăstare.

Dacă vom defini conduita în sensul său larg, după cum viza Pierre Janet (1935), drept *totalitatea acţiunilor exterioare adaptative orientate către „în afara”, cât şi a proceselor invizibile, mentale de reglare şi (auto-)organizare*, psihologia va putea fi definită, pe scurt, ca fiind *ştiinţa conduitei umane*.

În continuare, respectând tradiţia cursurilor de psihologie generală, după prezentarea metodelor utilizate în domeniu, vom prezenta principalele procese psihice, începând cu procesele cognitive (cele legate de cunoaştere): senzaţiile, percepţiile, reprezentările, memoria, imaginaţia, limbajul şi gândirea, continuând cu cele afective (emoţiile), pentru a ne opri, în cele din urmă, asupra fenomenului integral al conştiinţei şi al personalităţii.

Rezumat

În acest capitol am încercat să surprindem specificul psihologiei ca disciplină ştiinţifică, domeniile şi subdomeniile din cadrul psihologiei contemporane, precum şi natura, determinările generale şi caracteristicile faptului psihic.

Cuvinte cheie

cauzalitate, *cauzalitate structurală*, *comportament*, *fapt psihic*, *formă*, *interacţiune*, *perspectivă behavioristă*, *p. biologică*, *p. cognitivă*, *p. socială*, *p. umanistă*, *structură*.

Întrebări recapitulative

Cum se defineşte Psihologia?
Care sunt principalele abordări din cadrul psihologiei?
Care sunt principalele domenii ale cunoaşterii psihologice?
Care sunt caracteristicile faptului uman?
Care este natura psihicului?

Capitolul II Metodologia cercetării în Psihologie

Cunoaşterea comună şi cunoaşterea ştiinţifică a realităţii psiho-sociale

În viaţa de zi cu zi, oamenii obişnuiţi observă, analizează, evaluează şi interpretează situaţiile şi evenimentele din societate. Astfel se formează, în timp, un ansamblu de cunoştinţe, reprezentări, explicaţii şi interpretări asupra unor structuri, fenomene, procese şi evenimente psihologice şi sociale. Acestea sunt produse spontan, în cadrul activităţii practice zilnice a indivizilor şi grupurilor, sunt achiziţionate de indivizi în urma experienţei lor directe sau în urma proceselor de comunicare din cadrul familiei şi altor grupuri de care aparţin, transmise prin sistemul educaţional sau prin mass media ori prin procesul de difuzare şi de socializare a rezultatelor ştiinţei, a operelor filosofice sau artistice. Chiar dacă aceste cunoştinţe, explicaţii şi interpretări sunt mai puţin elaborate şi imaginea pe care o oferă asupra realităţii psihice este mai mult sau mai puţin satisfăcătoare din punct de vedere al veridicităţii, ele au un rol social şi gnoseologic foarte important. Specificul obiectului de studiu al Psihologiei, psihicul uman, face imposibilă înţelegerea şi explicarea acestuia în absenţa posibilităţii de (re)trăire, reproducere pe plan interior a realităţii studiate. Idealul de obiectivitate ştiinţifică al psihologiei diferă de cel al ştiinţelor exacte sau celor ale naturii. Produse, de cele mai multe ori, de practica de zi cu zi şi cerute de aceasta, cunoştinţele despre realitatea psihică elaborate de cunoaşterea comună sau preluate şi integrate în mod specific de către aceasta, se cristalizează la nivelul indivizilor şi grupurilor şi se transmit de la o generaţie la alta, îmbogăţite prin experienţa fiecărei generaţii. Ele au un rol foarte important în asigurarea consensului şi a comunicării sociale. Deşi, de cele mai multe ori, sunt parţiale şi incomplete şi pot diferi destul de mult de la un individ la altul sau de la un grup la altul, ele orientează acţiunea, comportamentele şi practica cotidiană a indivizilor şi grupurilor în mediul social. La nivelul conştiinţei comune, al simţului comun (al *bunului simţ*!) cunoaşterea cuprinde *„sistemul de credinţe, reprezentări, cunoştinţe – descrieri, explicaţii şi interpretări – obţinute în mod spontan, fără o cercetare sistematică şi după metode ştiinţifice, ci pe baza activităţilor contextelor obişnuite (loc de muncă, familie, cerc de prieteni, organizaţii politice sau de altă factură etc.)”* (Iluţ, 1997).

Trebuie precizat că simţul comun nu trebuie tratat *„ca ceva omogen sau chiar amorf şi difuz, ci ca fiind puternic diferenţiat”* (Rotariu şi Iluţ, 1997). Această diferenţiere se referă, în primul rând, la ansamblul de cunoaşteri care formează simţul comun şi care variază, din punct de vedere al relevanţei cognitive, de la simple constatări, clişee şi prejudecăţi până la observaţii şi raţionamente profunde, la explicaţii şi interpretări foarte nuanţate. În al doilea rând, sursele din care provin aceste cunoaşteri sunt şi ele extrem de diferite. Unele sunt rezultatul unor observaţii cotidiene ale oamenilor obişnuiţi, ale „nespecialiştilor”, altele sunt dobândite de către indivizi în procesul comunicării în cadrul familiei, a diverselor grupuri de apartenenţă, a expunerii la mass media, altele sunt „transferate” din ştiinţele socio-umane în urma procesului de difuzare socială a rezultatelor acestor ştiinţe prin sistemul educaţional sau prin mijloacele comunicării de masă. Nu în ultimul rând, cei care produc şi care utilizează în viaţa cotidiană cunoaşterea comună sunt, la rândul lor, foarte diferiţi, ca indivizi, din punctul de vedere al caracteristicilor lor socio-demografice, al statutului lor social, al nivelului de instrucţie, al gradului de informare, al nivelului şi volumului experienţelor sociale pe care le-au trăit. Inteligenţa şi aptitudinea de a surprinde elementele semnificative ale unui anumit mediu social, ale unor anumite fenomene sau evenimente sunt şi ele foarte diferite, ca şi modul de utilizare a cunoaşterii comune în activitatea cotidiană. Principalele virtuţi pe care le are, după Petru Iluţ (1997), cunoaşterea comună sunt:

1. Realitatea socio-umană care formează obiectul cunoaşterii comune este direct accesibilă oamenilor obişnuiţi. Este vorba despre un nivel „mezo” al existenţei, a cărui observare nu presupune, în principiu, aparate şi instalaţii speciale, spre deosebire de nivelele „micro” şi „macro” ale existenţei.

2. Această realitate socio-umană îi este foarte familiară observatorului obişnuit. El trăieşte şi acţionează în acest mediu social şi împărtăşeşte credinţe, explicaţii, motivaţii, valori şi simboluri comune cu ceilalţi oameni care trăiesc în acelaşi mediu, în aşa fel încât, el este capabil să înţeleagă mai uşor gândurile şi acţiunile semenilor săi.

3. Strategiile cognitive utilizate la nivelul practicii cotidiene, care produc cunoaşterea comună sunt complexe, flexibile şi subtile. Este vorba despre o *„epistemologie obişnuită”,* implicită şi pre-reflexivă, *„constituită dintr-un ansamblu de propoziţii şi de principii care îşi trag*

forţa din faptul că sunt de o soliditate care rezistă la orice probă şi ne aduc un ajutor indispensabil în viaţa curentă” ne spune Raymond Boudon (1990), în care avem o încredere oarbă şi le utilizăm fără să ne dăm seama, considerându-le ca „fiind de la sine înţelese”. Totuşi, această „epistemologie obişnuită” poate, în anumite cazuri, *„să constituie un cadru impropriu şi, prin urmare, să inducă derapaje ale inferenţei”* (*ibidem*). Acest lucru se întâmplă pentru că strategiile cognitive ale simţului comun sunt, în comparaţie cu cele ştiinţifice, spontane, incomplete, neelaborate şi mai puţin transparente, chiar dacă au multe puncte comune cu cele ştiinţifice. Aceste strategii euristice ale simţului comun fac, ele însele, parte din obiectul de studiu al psihologiei şi sociologiei cunoaşterii şi al unui domeniu aparte al psihologiei sociale care se ocupă de problemele cogniţiei sociale.

4. În spaţiul lor de competenţă, în mediul social în care trăiesc, inter-relaţionează şi (re)acţionează, oamenii obişnuiţi se comportă ca nişte „mici oameni de ştiinţă”. Constatările şi explicaţiile oferite de către ştiinţele socio-umane au, de foarte multe ori, corespondenţă la nivelul simţului comun. „*Deosebirile dintre cele două nivele (comun şi ştiinţific) în elaborarea de «teorii» sunt adesea, mai degrabă diferenţe de limbaj, de expresie*.” (Iluţ, 1997) Câştigul enorm al ştiinţelor socio-umane în planul cunoaşterii prin standardizarea şi rigurozitatea limbajului, nu trebuie însă să estompeze calităţile limbajului natural, flexibilitatea sa.

5. În anumite cazuri, cunoaşterea comună ne poate oferi observaţii, analize, explicaţii, interpretări de o mare profunzime şi subtilitate produse de nespecialişti în cunoaşterea umanului, care au însă un grad ridicat de „intuire” a psihologicului şi o bogată experienţă de viaţă în comunicarea şi inter-relaţionalitatea umană. Este cazul unor medici, preoţi, profesori, scriitori etc.

În acelaşi timp, acceptarea virtuţilor cunoaşterii comune, nu poate trece cu vederea limitele sale inerente.

1. Prima limită o constituie *implicarea*. Un punct de plecare în evidenţierea acestor limite este faptul că subiectul cunoaşterii comune a realităţii psihice este, ca şi în cazul celei ştiinţifice, de altfel, parte a obiectului cunoaşterii. Participând la viaţa socială, ca agenţi activi şi având o viaţă psihică, oamenii obişnuiţi „*nu pot avea despre ea o cunoaştere corectă, adică pe de o parte «veridică», pe de alta «completă»*”, observă Henri H. Stahl **(**1974), deoarece în cunoaşterea spontană nu ne supunem unui examen critic metodele, instrumentele şi

condiţiile în care se desfăşoară. Ca să folosim expresiile lui Pierre Bourdieu (2008), la nivelul simţului comun nu are loc nici „*întoarcerea asupra ei înşişi a gândirii gânditoare*” şi nici „*obiectivarea subiectului obiectivării*”, procese care, la nivelul cunoaşterii ştiinţifice, cresc şansele de a depăşi dificultatea dată de situaţia că cel care se angajează în cunoaşterea realităţii psihice sau a celei sociale este, în mod implacabil, parte a acestei realităţi.

2. În cel de al doilea rând, *limbajul şi valorile* personale ale observatorului. Socializarea primară, care se realizează, în principal, în cadrul familiei de origine, este deosebit de importantă inclusiv pentru modalităţile ulterioare de cunoaştere a lumii în general şi, evident, şi ale lumii psihice şi sociale. În contextul acesteia, copilul îşi apropriază subiectiv identitatea şi, în acelaşi timp, lumea psiho-socială. În cadrul socializării primare, limbajul constituie conţinutul şi instrumentul cel mai important. Prin limbaj sunt internalizate atât o sumă de cunoştinţe, cât şi un anumit mod de a lega între ele conceptele, de a judeca. Limbajul uman, din punct de vedere psihologic, *„reprezintă matricea internă pe care se structurează şi se dezvoltă întreaga organizare psihică a individului”* (Chelcea, 2001).

Procesele de socializare secundară, care se desfăşoară ulterior în cadrul sistemului educaţional, exercitate în interiorul diverselor grupuri al căror membru devine individul sau ca urmare a expunerii la mass media, continuă practic socializarea, pe tot parcursul vieţii. Uneori, socializarea secundară înseamnă o *desocializare* şi *resocializare,* în funcţie de sistemul de cunoştinţe, credinţe, valori, norme, modele de comportament ale noilor grupuri în care individul se integrează şi care pot fi diferite de cunoştinţele, credinţele, valorile, normele şi modelele comportamentale achiziţionate în cursul socializării primare. Este evident, deci, că şi socializarea secundară îşi pune amprenta asupra nivelului şi modului în care oamenii cunosc realitatea psiho-socială. Inconsistenţa, polisemia şi ambiguitatea limbajului nespecializat, la fel ca şi prevalenţa valorilor extra-ştiinţifice plasează produsele cunoaşterii comune sub semnul contingentului, subiectivităţii, particularului şi incertitudinii valorii de adevăr.

3. În cel de al treilea rând, la nivelul cunoaşterii comune intervin *stereotipiile*. Trăind şi acţionând într-un anumit mediu social, într-o anumită societate şi în anumite grupuri sociale, individul achiziţionează şi utilizează în activitatea sa diferite *clişee* şi *stereotipii sociale*, adică

„judecăţi care circulă cu o mare frecvenţă într-un anumit context socio-cultural şi care sunt însuşite şi practicate de către subiecţii umani, luate ca atare, «gata confecţionate», fără a fi rodul experienţei personale şi fără a fi critic examinate de gândirea proprie” (Rotariu şi Iluţ, 1997). Chiar dacă, uneori, ele pot fi descrieri şi evaluări corecte ale realităţii, de cele mai multe ori clişeele şi stereotipiile sociale, prin tenta lor generalizatoare, prin pretenţia lor de universalitate (deşi se bazează pe o viziune particulară, limitată asupra realităţii sociale), au o valoare mică de adevăr şi constituie unul dintre neajunsurile majore ale cunoaşterii comune.

4. O altă tendinţă specifică acestui tip de cunoaştere o constituie *supra-generalizarea*, adică trecerea de la o concluzie oarecare, obţinută într-un context specific, particular, la o generalizare cât mai larg posibilă. Supra-generalizarea reprezintă o practică des întâlnită la nivelul cunoaşterii comune şi o limită serioasă a ei. Pentru că experienţa directă a oamenilor obişnuiţi este limitată spaţial şi temporal, *„cunoaşterea comună este parcelară, incapabilă să evidenţieze evoluţia istorică a societăţii, caracteristicile generale ale colectivităţii umane, legitatea schimbărilor sociale*,” arată Septimiu Chelcea (2001). Totuşi, simţul comun are tendinţa de a absolutiza constatările pe care le face pe marginea unor situaţii particulare aşa că, chiar dacă observaţiile respective pot fi corecte şi pertinente, generalizarea lor este nejustificată şi produce viziuni eronate asupra realităţii sociale.

5. Avem, de asemenea, *superficialitatea* cunoaşterii comune. Există pericolul ca omul obişnuit să sesizeze doar legăturile aparente, uneori false, dintre diferiţi factori, variabile legate de fenomenele, procesele, evenimentele pe care le observă, cu atât mai mult cu cât realitatea psihică a celuilalt nu este niciodată direct accesibilă. Este vorba, deci, nu doar de posibilitatea apariţiei unor generalizări nejustificate, bazate pe o viziune parţială, limitată, ci şi de incapacitatea de a sesiza, uneori, legăturile reale şi cu adevărat importante între factorii explicativi ai manifestărilor unei anumite realităţi psihice observate. În cunoaşterea comună este implicată, într-o mare măsură, subiectivitatea celor care o practică. Interesele, aspiraţiile, valorile individuale sau de grup pot deforma modul de percepere a realităţii. Poate să apară o anumită selectivitate în ceea ce priveşte perceperea aspectelor legate de fenomenul, procesul, evenimentul observat. Sunt mai uşor sesizate şi reţinute acele informaţii care concordă cu anumite credinţe, opinii, prejudecăţi, cunoştinţe pe care omul le posedă deja ca

urmare a experienţei sale anterioare sau a cunoaşterii pe care a achiziţionat-o în timp şi care i-a parvenit pe diferite căi. Poate să apară, de exemplu, aşa numita *viziune de tunel,* adică explicarea unei anumite situaţii doar printr-un anumit detaliu, considerat, în mod nejustificat, semnificativ, şi neluarea în considerare a altor elemente, uneori determinante.

6. Extrem de evident, mai ales în privinţa interpretării şi explicării fenomenelor psihice, se manifestă *caracterul pasional al cunoaşterii comune;* faptul că oamenii obişnuiţi nu se mulţumesc doar să constate o anumită realitate socială, ci au faţă de ea anumite atitudini, răstălmăcind-o uneori, faptul că omul obişnuit „*judecă permanent sub semnul şi sub prisma intereselor lui omeneşti, de clasă şi personale, cu asprime, cu bunăvoinţă, cu iubire sau cu ură,*” arată Henri H. Stahl (1974), limitează valoarea euristică a rezultatelor acestui tip de cunoaştere.

7. Nu în ultimul rând, cunoaşterea comună este, de cele mai multe ori, extrem de *imprecisă.* Ba chiar aceasta este una dintre limitele cele mai serioase ale cunoaşterii comune. În primul rând, este vorba de utilizarea în cadrul ei a unor concepte vagi, al căror conţinut şi sferă nu sunt strict delimitate, care au şi circulă în mai multe sensuri. În plus, la nivelul cunoaşterii comune, enunţurile nu sunt bazate pe măsurare sistematică, pe observaţia metodică a realităţii. „*Cercetarea ştiinţifică este un proces de căutare sistematică de informaţii, de formulare de cunoştinţe, de elaborare de teorii şi de testare a acestora, în legătură cu un anumit domeniu de interes,*” susţine Ioan Mărginean (2000).

La baza cunoaşterii ştiinţifice, a sistemului ştiinţific, pe de altă parte, stau câteva principii, câteva postulate acceptate de majoritatea comunităţii ştiinţifice, inclusiv de către cei mai mulţi dintre cercetătorii din domeniul ştiinţelor sociale. Ele s-au cristalizat încă din perioada de afirmare a ştiinţei moderne şi sunt valabile şi astăzi. Printre acestea se numără:

1. *Principiul realismului,* conform căruia lumea înconjurătoare există independent de observaţia noastră, nu este creată de simţurile noastre, deşi modul în care ne apare este constituit de acestea;

2. *Principiul determinismului,* care stipulează că relaţiile din lumea înconjurătoare sunt organizate în termeni de cauză-efect;

3. *Principiul cognoscibilităţii,* după care lumea poate fi cunoscută prin observaţii obiective.

Cercetarea ştiinţifică în domeniul ştiinţelor psiho-sociale respectă aceste cerinţe generale, chiar dacă ea are un anumit specific care ţine de domeniul particular al fiecăreia dintre acestea. Designul cercetării în ştiinţele psiho-sociale se caracterizează prin faptul că:

1. *Obiectivul cercetării îl constituie formularea de inferenţe*. Cercetarea ştiinţifică urmăreşte să producă inferenţe descriptive sau explicative bazându-se pe informaţia empirică despre lume.

2. *Procedurile sunt publice*. Cercetarea ştiinţifică foloseşte metode ce sunt explicite, codificate şi publice pentru a genera şi utiliza date, iar valoarea acestor metode poate fi determinată.

3. *Concluziile sunt incerte*. Estimarea incertitudinii asociate oricărei descrieri a lumii reale, precum şi oricărei inferenţe despre efectele cauzale din lumea reală, face posibilă interpretarea şi evaluarea cercetării.

4. *Caracterul ştiinţific este dat de metoda folosită*. Caracterul ştiinţei este dat de metode şi reguli, nu de obiectul de studiu al cercetării respective (King**,** Keohane şi Verba, 2000).

Metodele psihologiei

Obiectivul final al cunoaşterii psihologice îl reprezintă analiza, interpretarea şi explicarea modului de constituire, organizare şi funcţionare a sistemului psihic.

Fiind lipsite de proprietăţi sensibile, observabile şi măsurabile în mod direct, componentele sistemului psihic, de la senzaţie la gândire şi de la trăirea emoţională primară la atitudine, nu pot fi abordate decât pe o cale indirectă, şi anume prin intermediul manifestărilor comportamentale externe, voluntare sau involuntare, somato-motorii, verbo-motorii sau somato-vegetative, biofizice şi biochimice. Cunoaşterea psihologică are, deci, un caracter mijlocit. Pentru a putea realiza un studiu obiectiv şi verificabil al oricărei componente psihice, cercetătorul trebuie să recurgă la o metodă care să permită „declanşarea” sau „actualizarea” ei şi, în acelaşi timp, exteriorizarea sau obiectivarea într-o manifestare comportamentală specifică. De exemplu, pentru a studia o atitudine, structură subiectivă internă, trebuie să recurgem la un procedeu care să permită exteriorizarea ei într-o manifestare comportamentală specifică, cum ar fi opinia.

Termenul *metodă* provine din grecescul *methodos* care înseamnă „cale”, drum către ceva. Aşa cum arăta Andre Lalande, metoda este „*un*

program reglând dinainte o succesiune de operaţii şi semnalând anumite greşeli de evitat în vederea atingerii unui rezultat determinat." Metoda este, mai simplu vorbind, calea prin care cercetătorul reuşeşte să strângă datele asupra fenomenului studiat. Chiar dacă este legată de teorie, metoda se deosebeşte de aceasta, prin faptul că are un caracter normativ, formulează indicaţii, reguli legate de cercetare. O anumită metodă presupune una sau mai multe *tehnici*. Tehnicile sunt operaţii specifice de înregistrare şi manipulare a faptelor.

Orice cercetare empirică presupune parcurgerea a trei faze importante: pregătirea cercetării, desfăşurarea efectivă a cercetării (pe teren sau în laborator) şi finalizarea cercetării, o ultimă fază care presupune prelucrarea şi interpretarea datelor culese şi elaborarea raportului de cercetare. Pregătirea cercetării, faza iniţială esenţială pentru eficienţa cercetării, presupune formularea problemei cercetării, adică stabilirea obiectivelor sale, elaborarea unui model ipotetic al cercetării (ipoteze care vor fi confirmate sau infirmate, parţial sau total prin datele culese în decursul cercetării), stabilirea populaţiei cercetate şi, în unele cazuri, eşantionarea, alegerea metodelor, tehnicilor şi procedeelor de cercetare, elaborarea instrumentelor de cercetare şi testarea lor.

În legătură cu metodele folosite în cercetarea psihologică, unii autori consideră că există doar două metode ştiinţifice fundamentale: *observaţia* şi *experimentul*. Gordon W. Allport (1981) împărţea metodele psihologiei în trei grupe mari: *metodele subiective, metodele obiective* şi *metodele proiective*. Nicky Hayes şi Sue Orrell (1997) vorbesc despre *experiment* şi despre *metode non-experimentale,* unde includ: *observaţiile, studiile de caz, interviurile* şi *chestionarele,* iar Andrei Cosmovici (1996) delimitează 6 metode: *observaţia, convorbirea, chestionarul, metoda biografică, experimentul* şi *testele*.

În continuare vom prezenta, pe scurt, specificul câtorva dintre metodele utilizate în cercetarea psihologică concretă: observaţia, interviul, ancheta, experimentul şi metoda testelor (cea din urmă fiind specifică psihologiei).

Metoda observaţiei

Metoda observaţiei este prima metodă, în ordine cronologică, la care s-a recurs pentru cunoaşterea stărilor sufleteşti şi a conduitelor oamenilor. Ea a rămas în continuare principala modalitate de cunoaştere

la nivelul psihologiei bazate pe simţul comun. Fiind relativ uşor de aplicat din punct de vedere tehnic, fără să necesite neapărat o aparatură sofisticată, observaţia are, şi astăzi, o largă utilizare în cunoaşterea ştiinţifică a psihicului.

În sensul cel mai general, observaţia este o „*metodă de culegere de date care presupune accesul direct la obiectul cercetat*” (Sarantakos, 1994) şi care „constă în investigarea sistematică, pe baza unui plan dinainte elaborat şi cu ajutorul unor instrumente adecvate, a acţiunilor şi interacţiunilor, evenimentelor, relaţiilor şi proceselor” (Vlăsceanu, 1986). În psihologie, „observaţia ca metodă constă într-o urmărire atentă şi sistematică a unor reacţii psihice cu scopul de a sesiza aspectele lor esenţiale” (Cosmovici, 1996). Din această definiţie putem observa diferenţa esenţială dintre observaţia spontană şi observaţia ştiinţifică. Ultima are un caracter planificat, porneşte de la un sistem de ipoteze formulate de cercetător, vizează obiective precise, are un caracter sistematic. Informaţiile recoltate fac obiectul unei prelucrări ulterioare. În psihologie observaţia este utilizată în mod frecvent în cadrul sau în combinaţie cu alte metode şi tehnici de cercetare precum interviul, anamneza, studiul de caz sau al documentelor etc.

În psihologie există două feluri de observaţie: *introspecţia* (observarea propriilor noastre trăiri, insesizabile din exterior) şi *observaţia externă* (observarea manifestărilor exterioare ale altor persoane).

Introspecţia a fost, veacuri de-a rândul, principala sursă pentru diferite consideraţii psihologice. După transformarea psihologiei într-o adevărată ştiinţă, în a doua parte a secolului al XIX-lea, acestei modalităţi de cunoaştere i-au fost aduse numeroase critici, printre care: faptul că este *o investigaţie strict individuală*, nimeni nu poate verifica adevărul celor afirmate; că *este subiectivă*, ceea ce afirmăm despre noi este influenţat de idei preconcepute, tindem, chiar fără să vrem, să ne prezentăm într-o lumină favorabilă; şi, în plus, *ne oferă o imagine incompletă* asupra a ceea ce observăm, fiindcă multe aspecte ale vieţii noastre psihice au un caracter inconştient, dacă ne bazăm pe memorie, aceasta are caracter lacunar, iar dacă este vorba de fenomene intense, cum sunt emoţiile, acestea nu pot fi observate cu obiectivitate în timp ce le trăim. Dar în ciuda acestor deficienţe reale, nu s-a putut renunţa niciodată la introspecţie, deoarece este aproape imposibilă cunoaşterea motivaţiilor, a atitudinilor, a viselor, a aspiraţiilor cuiva fără a recurge la ea (Cosmovici, 1996). Aşa se face că introspecţia, criticată pe bună

dreptate, este introdusă în metodologia cercetării psihologice pe o cale indirectă, în cadrul interviurilor sau a chestionarelor (întrebându-i, de exemplu, pe subiecţi despre trăiri pe care le pot cunoaşte doar pe baza introspecţiei). În acelaşi timp, introspecţia este necesară pentru înţelegerea obiectului investigat, care este o stare psihică, descripţiile, explicaţiile sau prezentările observabile, măsurabile, eventual reproductibile, neputând înlocui înţelegerea fenomenelor.

În ceea ce priveşte observaţia externă, ea poate fi de mai multe tipuri, diferenţierea făcându-se după mai multe criterii: obiectul observaţiei, poziţia observatorului în raport cu fenomenul observat şi tehnica de înregistrare a datelor.

Dacă în ceea ce priveşte obiectul observaţiei este dificil de stabilit o tipologie, având în vedere că aproape orice comportament uman poate fi obiect al observaţiei, în ceea ce priveşte poziţia observatorului putem spune că acesta se poate situa pe o scală de la *observatorul exterior* (neimplicat în fenomenul observat) la *observatorul participant*, *participantul observator* şi până la *participantul activ* (observatorul total implicat). În general, cu cât creşte gradul de participare creşte şi profunzimea observaţiei, dar scade obiectivitatea. Observaţia exterioară, destul de mult utilizată în psihologie, mai ales în psihologia socială, presupune un laborator special, cu geamuri oglindă care fac posibilă vederea spre interiorul laboratorului, dar nu şi din interior spre exterior. Prezenţa observatorului, situat în afara laboratorului, nu este sesizată de către cel sau cei supuşi observaţiei. Acest tip de observaţie are o serie de avantaje. În primul rând, observatorul nu influenţează, prin prezenţa lui, fenomenul observat. În al doilea rând, observatorul, sau observatorii, pot sesiza mai bine diferitele aspecte ale fenomenului observat care ar putea fi ignorate în condiţiile în care cercetătorul ar fi implicat în fenomenul observat sau observaţia s-ar realiza în condiţii reale. Observaţia în astfel de laboratoare are dezavantajul că situaţia creată are un caracter artificial şi că cercetătorul nu poate înţelege comportamentele pe care le observă „din interior”.

Observaţia co-participantă, metodă folosită pe scară largă, mai ales în antropologia culturală/socială, presupune implicarea, în anumite grade, a observatorului în fenomenul observat. El poate fi un simplu „spectator” a ceea ce observă sau îşi poate asuma, într-o măsură mai mare sau mai mică, anumite roluri în situaţia reală pe care o observă. Avantajul este acela că, din această poziţie, el poate înţelege mai bine

comportamentele pe care le observă, motivaţiile acestora. Din păcate participarea lui influenţează desfăşurarea fenomenului observat şi, pe de altă parte, această participare, mai mult sau mai puţin activă, face posibilă trecerea cu vederea a unor aspecte ale fenomenului observat.

În ceea ce priveşte modalităţile de înregistrare a datelor, putem vorbi de două modalităţi principale: înregistrarea *in situ,* adică în decursul desfăşurării observaţiei, şi înregistrarea *post-festum,* adică după desfăşurarea observaţiei. Fiecare dintre ele are o serie de avantaje şi de limite. Apariţia mijloacelor moderne de înregistrare audio-video (reportofoane, camere de luat vederi etc.) a făcut posibilă şi o a treia modalitate care constă în înregistrarea audio-video *in situ* a fenomenului observat şi prelucrarea ulterioară a acestor informaţii. Trebuie să mai menţionăm că desfăşurarea observaţiei în psihologie, atunci când se desfăşoară în laborator, poate să recurgă şi la o serie de aparate care permit înregistrarea unor parametri precum pulsul, tensiunea arterială, curenţii sau câmpurile electromagnetice, rezultat al activităţii musculare sau cerebrale, aparate care permit recoltarea unor informaţii suplimentare despre subiecţi.

Instrumentul principal, consideră Lazăr Vlăsceanu (1986, p. 214), care permite colectarea informaţiilor este, în cazul observaţiei, *protocolul de observare*, care este *„un ansamblu de categorii şi scale de evaluare”*. Categoria este numele dat unui tip special de comportamente similare. Acest sistem de categorii permite clasificarea şi ordonarea comportamentelor observate, facilitând o analiză atât calitativă cât şi cantitativă ulterioară. Există şi un instrument mai simplu care este folosit în observaţie, *fişa de observaţie.* Ea ne permite recoltarea materialului brut care poate fi prelucrat ulterior de către cercetător. O asemenea fişă de observaţie trebuie să cuprindă, în mod obligatoriu, pe lângă datele despre comportamentele care fac obiectul observaţiei, date despre timpul în care s-a desfăşurat aceasta, locul, ambianţa fizică, aparatura folosită, subiecţii care au fost observaţi, locul observatorului şi activităţile sale în decursul observaţiei etc.

Metoda interviului

Metoda interviului (sau a convorbirii) nu este considerată de mulţi o metodă de sine stătătoare, unii subsumând-o ca tehnică a anchetei. Cu toate acestea, amploarea pe care o are, marea diversitate a formelor (*standardizat, non-directiv, focalizat*), scopurilor (*interviu de evaluare, de informare*), a domeniilor de aplicare (*clinic, de cercetare,*

convorbirea, *de recrutare*, *jurnalistic*, *interogatoriu*, *confesiunea* etc.) îl impune în rândul metodelor de sine stătătoare din cadrul psihologiei. Interviul este extrem de utilizat în practica psihologică, atât în vederea stabilirii cauzelor problemelor, a diagnosticului, observării progreselor, cât şi a evaluării competenţelor, capacităţilor, abilităţilor sau informării asupra atitudinilor, valorilor sau trăirilor indivizilor. Există numeroasele criterii de clasificare a interviurilor: după conţinut, domeniu şi numărul de aplicări, numărul sau tipul participanţilor, modul de comunicare, nivelul structurării etc. De reţinut este clasificarea după cele mai semnificative trăsături ale sale: *structurarea*, *profunzimea* şi *standardizarea*. Potrivit acesteia tipurile de interviu pot fi clasificate pe trei niveluri (Ouellet Mayer et al., 2000):

Tipurile principale	Nivel	Caracteristici
Interviul cu întrebări închise	1. Interviul structurat	Stadardizare Profunzime Libertate
Interviul cu întrebări deschise		
Interviul focalizat	2. Interviul semi-structurat	
Interviul ghidat		
Interviul liber (în profunzime)	3. Interviul nestructurat	
Interviul clinic		Stadardizare Profunzime Libertate

Tipurile de interviu după Mayer et al. (2000)

În fruntea listei, potrivit gradului de directivitate se situează interviurile cu întrebări închise (chestionarele) în care subiectul poate răspunde cu da sau nu ori prin variante predefinite. Interviul cu întrebări deschise este la fel de puternic structurat ca şi precedentul, dar oferă subiectului libertatea de a-şi formula propriul răspuns. În cadrul interviului focalizat pe temă, scopul acestuia îl reprezintă tema în discuţie, personalitatea intervievatului trecând în plan secund. Interviul ghidat este şi cel mai des utilizat, se bazează pe un număr de teme sau întrebări prestabilite, dar permite atât operatorului, cât şi subiectului un grad mai mare de libertate în răspunsuri. Interviul liber (sau în profunzime) se centrează de acum pe persoană, chiar dacă vizează şi teme exterioare acesteia, scopul său fiind obţinerea atât a informaţiilor, cât şi a semnificaţiilor acestora pentru subiect, şi are mai multe variante: interviu biografic, narativ, etnografic etc. Interviul clinic se caracterizează prin cel mai mare grad de libertate şi profunzime, este centrat strict pe problemele subiectului. În cadrul acestui tip de interviu

intervin fenomene de interacţiune între participanţi (identificare, proiecţie, empatie etc.), de aceea de cele mai multe ori are rol terapeutic (psihanaliză, psihoterapie), dar este folosit şi ca metodă de diagnostic.

Interviul este metoda de bază în practicarea psihologiei datorită faptului că permite abordarea în profunzime a subiectului, are o mare flexibilitate, permite un control sporit al situaţiei, observarea comportamentului nonverbal. Totuşi, în ciuda ratei ridicate a răspunsurilor comparativ cu alte metode, interviul este o metodă mai puţin fiabilă pentru cercetare datorită dificultăţii de cuantificare şi comparare a acestora, subiectivităţii analizei de conţinut şi a operatorului, dificultăţilor de formulare a răspunsurilor şi costurilor ridicate de realizare.

Metoda anchetei

Specificul metodei anchetei este acela că informaţiile sunt obţinute pe baza chestionării orale sau scrise a subiecţilor. Este vorba deci de o metodă reactivă, întrebările pe care le pune cercetătorul sau care sunt înscrise în chestionar au rol de stimuli, iar răspunsurile date de subiecţi sunt reacţia la aceşti stimuli.

Fără a discuta aici despre diferitele sensuri pe care le are termenul de anchetă în ştiinţele sociale şi fără a aborda pe larg problema clasificării anchetelor, putem considera că în psihologie sunt utilizate mai ales două tipuri de anchetă: *ancheta pe bază de chestionar* şi *interviul*. Unii le consideră ca fiind două tehnici distincte ţinând de metoda anchetei.

Ancheta pe bază de chestionar presupune aplicarea aceloraşi întrebări, înscrise într-un chestionar, unui grup de subiecţi, de cele mai multe ori un eşantion reprezentativ pentru o anumită populaţie. „*Chestionarul de cercetare reprezintă o tehnică şi, corespunzător, un instrument de investigare constând dintr-un ansamblu de întrebări scrise şi, eventual, imagini grafice, ordonate logic şi psihologic, care, prin administrare de către operatorii de anchetă sau prin autoadministrare, determină din partea persoanelor anchetate răspunsuri ce urmează a fi înregistrate în scris.*” (Chelcea, 2001, p. 177)

Elaborarea chestionarului se face plecând de la problema cercetării şi de la sistemul ipotetic al acesteia. Este necesară o analiză a conceptelor pe care le cuprind ipotezele şi, mai ales, o operaţionalizare a acestor concepte, adică definirea lor în termeni operaţionali, deci găsirea

unor dimensiuni ale conceptelor şi a unor indicatori pentru aceste dimensiuni. În chestionar, sub forma diferiţilor itemi, vor apărea, de fapt, întrebări referitoare la aceşti indicatori. După ce a fost stabilit *universul cercetării* (populaţia asupra căreia ea se desfăşoară) şi, uneori, a fost stabilit *eşantionul* (adică segmentul reprezentativ din această populaţie care va fi supus efectiv anchetei) după ce a fost testat chestionarul printr-o *preanchetă* (pretestare), se poate trece la *aplicarea* lui pe subiecţii selectaţi.

Întrebările conţinute de un chestionar pot fi clasificate după mai multe criterii. Unul dintre ele este conţinutul lor. Vorbim, în acest sens, de *întrebări de opinie* (opinia fiind expresia verbală a atitudinii), *întrebări referitoare la motivaţii* (care încearcă să pună în evidenţă motivaţiile anumitor comportamente ale subiectului), *întrebări de cunoştinţe* (care măsoară nivelul de cunoaştere al subiectului asupra unui anumit domeniu), *întrebări factuale* (datele factuale fiind acele date care pot fi verificate şi prin alte mijloace decât chestionarea, unele dintre ele având rolul de identificare a subiectului, ca cele referitoare la vârstă, sex, stare civilă, mediu de rezidenţă, venit, ocupaţie, nivel de instruire etc.)

Un al doilea criteriu de diferenţiere este cel al formei întrebărilor. Din acest punct de vedere, putem vorbi despre *întrebări deschise* (la care subiectul are libertatea formulării răspunsului, aşa cum crede el de cuviinţă) şi *întrebări închise* (care oferă subiectului anumite variante de răspuns, dintre care el trebuie să aleagă una sau mai multe).

Al treilea criteriu important se referă la rolul pe care îl au întrebările în cadrul chestionarului. Acestea se pot clasifica astfel: *întrebări introductive* (care au rolul de a-l introduce pe subiect în problematica chestionarului şi totodată de a stabili o relaţie de încredere şi colaborare între anchetator şi anchetat şi de a-l convinge pe subiect că a răspunde la întrebările următoare nu va fi un lucru dificil şi care să ceară eforturi mari), *întrebări filtru* (care permit accesul unei anumite categorii de subiecţi la un anumit set de întrebări sau, dimpotrivă, îi orientează către un alt set), *întrebări de control* (care verifică sinceritatea cu care subiecţii au răspuns la o întrebare anterioară), *întrebări de trecere* (care fac trecerea de la o temă la alta existentă în chestionar).

Modul în care este elaborat chestionarul trebuie să câştige încrederea subiectului pentru a-l face să răspundă cu sinceritate la

întrebările puse. Pe de altă parte, în special în cazul întrebărilor închise, trebuie să se evite sugestionarea subiecţilor: întrebările să fie construite în aşa fel încât să evite, sau să facă vizibil, aşa numitul „efect de faţadă”, adică tendinţa subiecţilor de a se prezenta, prin răspunsurile date, aşa cum ar dori ei să fie sau cum cred că ar fi de aşteptat să fie şi nu aşa cum sunt în realitate.

Spre deosebire de chestionar, interviul (ca tehnică de anchetă) nu presupune o listă fixă de întrebări, ci o listă de teme, cuprinse într-un *ghid de interviu*, în funcţie de care operatorul de anchetă formulează întrebările, ţinând cont de particularităţile personalităţii subiectului, de situaţia în care acesta se află, putând pune întrebări suplimentare pentru a obţine clarificări asupra răspunsului subiectului sau informaţii suplimentare. Dacă chestionarul poate fi aplicat unui număr mai mare de subiecţi şi forma sa standardizată uşurează prelucrarea datelor, interviul este mai dificil de aplicat, iar prelucrarea informaţiilor este şi ea mai dificilă (presupunând o analiză de conţinut a răspunsurilor). Aceste inconveniente sunt în schimb răsplătite de profunzimea şi bogăţia informaţiilor obţinute prin tehnica interviului.

Libertatea pe care o are subiectul în formularea răspunsurilor este mult mai mare decât în cazul chestionarului. Utilizarea interviului cere, din partea anchetatorului, cunoştinţe şi experienţă mai bogată decât în cazul chestionarului. Esenţială rămâne capacitatea operatorului de interviu de a stabili o relaţie psihologică adecvată cu subiectul, de a reuşi să câştige încrederea acestuia, de a-l face să răspundă sincer la întrebările, uneori dificile, care vizează aspecte profunde ale personalităţii.

Experimentul în psihologie

Experimentul, metoda prin care cercetătorul manipulează anumite variabile pentru a afla care este relaţia dintre ele, reprezintă una dintre cele mai importante metode de cercetare în psihologie. Introducerea experimentului de laborator ca metodă specifică pentru psihologie, de către Wilhelm Wundt, în 1879, este considerată momentul desprinderii definitive a psihologiei de filosofie şi transformarea acesteia într-o ştiinţă autonomă. Valoarea deosebită a acestei metode constă, în primul rând, în aceea că permite verificarea ipotezelor cauzale. Aplicarea acestei metode în psihologie întâmpină însă o serie de dificultăţi. Acestea ţin de complexitatea obiectului de studiu al psihologiei care face extrem de dificil controlul total al variabilelor. Pe de altă parte,

cercetarea experimentală în psihologie pune o serie de probleme de etică, subiecţii experimentării fiind, în majoritatea cazurilor, subiecţi umani.

O foarte cunoscută definiţie a experimentului este cea propusă de către Leon Festinger, conform căruia experimentul *„constă în observarea şi măsurarea efectelor manipulării unor variabile independente asupra variabilelor dependente într-o situaţie în care acţiunea altor factori (prezenţi efectiv, dar consideraţi străini studiului) este redusă la minimum*." (Festinger şi Katz, 1963)

Pentru înţelegerea specificului experimentului, este necesar să precizăm sensul unor termeni utilizaţi în descrierea acestei metode.

În primul rând termenul de *control* care se referă la asigurarea condiţiilor de repetabilitate a rezultatelor, ori de câte ori se reia cercetarea. Controlul vizează mai multe elemente implicate în experiment:

- factorii introduşi în experiment pentru declanşarea unor comportamente specifice;
- factorii a căror influenţă urmează a fi eliminată prin suprimarea sau prin păstrarea lor constantă;
- modalitatea de constituire a grupurilor experimentale şi a grupurilor de control;
- efectuarea măsurătorilor, observarea, aparatele utilizate.

Controlul este principala caracteristică a experimentului, de el depinde validitatea şi fidelitatea cercetării, de aceea metoda se mai numeşte şi observaţie controlată.

Un al doilea termen important este cel de *variabilă.* Într-un experiment vorbim despre următoarele tipuri de variabile:

1. *variabile explanatorii* (sau *experimentale* sau *interne*), care pot fi:

   variabile independente, adică acei factori introduşi în experiment de către cercetător sau alte instanţe (natură, societate) şi ai căror parametri (valoare, intensitate, frecvenţă etc.) se modifică în timp;

   variabile dependente, acei factori care iau valori diferite în urma influenţei asupra lor a variabilelor independente;

2. *variabile exterioare controlate,* adică factori exteriori relaţiei presupuse între variabilele independente şi cele dependente care sunt menţinuţi constanţi;

3. *variabile exterioare necontrolate,* adică acei factori exteriori relaţiei presupuse dintre variabilele independente şi cele dependente, dar care, datorită complexităţii lor sau mijloacelor tehnice de care dispune cercetătorul sau din considerente deontologice, sunt lăsate necontrolate;

4. *variabile exterioare necontrolate care dau erori randomizate,* adică factori exteriori a căror influenţă în experiment se anulează reciproc, randomizarea fiind un procedeu statistic prin care cercetătorul se asigură că toţi subiecţii, factorii, evenimentele au aceleaşi şanse de apariţie în condiţii experimentale.

Experimentul ideal presupune ca toate variabilele exterioare să fie controlate (iar cele independente să fie direct manipulabile), dar un experiment riguros este şi acela în care variabilele exterioare necontrolate produc erori randomizate. Toate celelalte aranjamente experimentale sunt de fapt cvasi-experimente.

Un al treilea termen important este cel de *grup*. Vorbim, de fapt, despre două tipuri de grup:

- *grup experimental,* care reprezintă ansamblul persoanelor asupra cărora acţionează variabila independentă introdusă de cercetător;
- *grup de control* (sau *grup martor*), care serveşte pentru compararea efectelor introducerii variabilei independente, asupra lui neacţionând această variabilă.

Un alt termen este cel de *moment experimental* care defineşte momentul introducerii şi acţiunii variabilei independente. Cercetătorul măsoară variabila dependentă înainte de acest moment experimental şi după el.

În sfârşit, trebuie să amintim şi de *situaţia experimentală* care desemnează ansamblul persoanelor (subiecţi, cercetători, personal ajutător), al obiectelor (aparatură de producere a stimulilor sau de înregistrare şi măsurare) precum şi toate condiţiile concrete în care se desfăşoară experimentul.

Delimitarea diferitelor tipuri de experiment poate fi făcută în funcţie de gradul şi specificul intervenţiei cercetătorului în manipularea variabilelor, de nivelul controlului variabilelor, de natura variabilelor modificate, de locul şi funcţia experimentului în cadrul cercetării. Septimiu Chelcea considera că, ţinând cont de aceste elemente, se poate vorbi despre două tipuri mari de experiment:

1. *experimentul de laborator,* având ca specific izolarea cât mai deplină a variabilelor explanatorii;

2. *experimentul de teren,* în care experimentatorul manevrează o variabilă independentă într-o situaţie socială reală, în vederea verificării unei ipoteze.

Metoda testelor

Această metodă care, la nivelul simţului comun, pare să caracterizeze cercetarea psihologică, îşi are originea în încercările antropologului englez Francis Galton de a măsura, la sfârşitul secolului al XIX-lea, anumite capacităţi intelectuale ale subiecţilor cu ajutorul unor probe. Termenul de test a fost introdus de către J. McKeen Cattell în 1890, iar elaborarea metodei propriu-zise, în varianta modernă, i se datorează psihologului francez Alfred Binet. Metoda testelor a cunoscut o continuă extindere şi diversificare, fiind folosită astăzi în toate ramurile psihologiei. Perfecţionarea metodei a mers atât în direcţia elaborării unor noi probe, ajungându-se astăzi la peste 10 000 de teste, cât şi în direcţia perfecţionării procedeelor statistice de etalonare şi validare.

Definiţia testului, adoptată de Asociaţia Internaţională de Psihotehnică este următoarea: „*O probă definită, care implică o sarcină de îndeplinit, identică pentru toţi subiecţii examinaţi, cu o tehnică precisă de apreciere a succesului sau eşecului sau de notare numerică a reuşitei.”* (cf. Piéron, 2001, p. 348)

Principalele caracteristici ale unui test sunt *validitatea* (testul să măsoare ceea ce îşi propune să măsoare) şi *fidelitatea* (două teste paralele aplicate pe acelaşi lot de subiecţi să dea aceleaşi rezultate). Un test trebuie supus operaţiei de *etalonare*, adică de găsire a unui sistem de criterii şi norme unitare şi neechivoce de interpretare şi evaluare a rezultatelor.

Testele pot fi clasificate astfel: după obiectul testării, avem *teste de performanţă,* cu răspunsuri cuantificabile şi *teste nonparametrice* (dispoziţionale) cu răspunsuri care cer o interpretare calitativă. Testele de performanţă pot fi teste de cunoştinţe, teste de nivel (de dezvoltare), teste de inteligenţă şi teste de aptitudini. Testele nonparametrice pot fi teste de comportament şi teste de personalitate.

După modul de aplicare, putem vorbi despre *teste individuale*, care se administrează câte unui subiect, şi *teste colective,* care se aplică simultan mai multor subiecţi.

După modul de codificare a sarcinilor (itemilor), se disting *testele verbale,* ale căror itemi sunt codificaţi în formă verbală, şi *testele nonverbale,* ale căror itemi sunt codificaţi în formă grafico-imagistică sau obiectuală.

După modul de dozare a timpului de aplicare, avem *testele cu timp impus,* care au aceeaşi durată de aplicare pentru toţi subiecţii, şi *testele cu timp liber*, a căror durată de aplicare este la dispoziţia subiectului.

Este important faptul că un test îşi păstrează validitatea doar în raport cu populaţia pe care a fost iniţial aplicat şi etalonat. De multe ori testele sunt folosite în cadrul experimentului.

Etica cercetării în psihologie

Cercetarea în psihologie pune o serie de probleme etice, dat fiind că subiecţii asupra cărora se desfăşoară ea sunt fiinţe umane cărora, prin aplicarea procedurilor de cercetare, le putem cauza daune de natură morală, uneori chiar şi fizică. Acest lucru trebuie să îl evite cercetătorul prin modul în care îşi proiectează cercetarea, îşi alege metodele, tehnicile, procedurile şi instrumentele de cercetare, dar şi prin modul în care îşi alege subiecţii cercetării.

În acest sens, două cerinţe sunt fundamentale, arată Francoise Parot şi Marc Richelle (1995). Prima dintre ele impune ca subiecţii cercetării să fie aleşi pe bază de voluntariat, iar cea de a doua ca subiecţii să fie informaţi asupra scopurilor şi modalităţilor de realizare a cercetării, asupra riscurilor pe care aceasta le implică pentru ei. Chiar dacă veridicitatea cercetării impune ascunderea scopurilor reale ale experimentelor, debrifingul este obligatoriu după încheierea acestuia.

Problemele legate de etica cercetării în psihologie au început să se pună cu mai multă acuitate în a doua jumătate a secolului XX, după ce o serie de cercetări, cum a fost, de exemplu, cea a lui Stanley Milgram asupra obedienţei, au arătat riscurile la care se expun subiecţii supuşi cercetării.

Cerinţele etice care trebuiesc respectate de cei care fac cercetare psihologică, de toţi cei care practică psihologia, au fost înscrise în coduri deontologice impuse întregii comunităţi a psihologilor. Şi în ţara noastră, Asociaţia Psihologilor din România a adoptat un asemenea *Cod deontologic al profesiei de psiholog cu drept de liberă practică*, care

reprezintă un ansamblu de principii şi de standarde etice pe care trebuie să le respecte cei care practică psihologia.

Rezumat

Acest capitol prezintă câteva dintre elementele pe care le considerăm esenţiale pentru înţelegerea specificului metodologic al cercetării concrete în psihologie. Am arătat care este specificul cunoaşterii ştiinţifice în ştiinţele psiho-sociale, prin ce se deosebeşte ea de cunoaşterea comună şi prin ce anume se individualizează metodologia cercetării psihologice. În continuare sunt trecute în revistă, pe scurt, câteva dintre metodele cele mai utilizate în psihologie: observaţia, interviul, ancheta, experimentul, testele psihologice. Încheierea este consacrată unei problematici care a devenit vitală pentru desfăşurarea cercetării în psihologie, etica cercetării psihologice.

Cuvinte cheie

analiză de conţinut, anchetă, chestionar, cunoaştere comună, cunoaştere ştiinţifică, document social, experiment, instrument de cercetare, interviu, metodă, observaţie, protocol de observare, tehnică, test psihologic, variabilă experimentală.

Întrebări recapitulative

Care sunt deosebirile dintre cunoaşterea comună şi cunoaşterea ştiinţifică?

Care sunt principiile cunoaşterii ştiinţifice?

Care sunt principalele metode de cercetare din psihologie?

Care sunt caracteristicile metodei observaţiei?

Care sunt principalele tipuri de interviu?

Ce tipuri de întrebări pot cuprinde anchetele?

Care sunt avantajele şi dezavantajele metodei testelor?

Care sunt caracteristicile metodei experimentale?

Capitolul III Procesele senzoriale

Senzaţiile au fost considerate a constitui procesele elementare prin care omul ia cunoştinţă de transformările din mediul exterior şi interior, informaţii pe baza cărora el acţionează. Senzaţiile sunt experienţe fundamentale, primare prin care organismul înregistrează acţiunea diverşilor stimuli care acţionează în fiecare moment asupra sa şi îi codifică în impulsuri nervoase transmise către creier.

Caracteristicile senzaţiilor

Există două caracteristici comune tuturor modalităţilor senzoriale: *codificarea senzorială* şi *sensibilitatea*. Prima se referă la descrierea simţurilor la nivel biologic, cea de a doua vizează descrierea analizatorilor la nivel psihologic.

Codificarea senzorială

Analiza senzaţiilor la om este extrem de dificilă datorită dinamicii şi complexităţii aparatului psihic, care determină integrarea şi interpretarea acestor senzaţii brute, astfel încât la nivelul individului adult nu mai putem vorbi de senzaţii pure, ci doar de percepţii. Senzaţiile vizează în special aspectul biologic, cuprinzând organele de simţ şi căile neurale care pleacă către centrii nervoşi, pe când în percepţie sunt implicate şi nivelurile superioare de prelucrare a informaţiei din cadrul scoarţei cerebrale care determină asocierea senzaţiilor în unităţi de percepţie (complexe de senzaţii; e.g. căldura, lumina şi mirosul de ars asociate cu vizualizarea unei flăcări) cu sens (semnificaţii pe care acestea le au pentru om; e.g. pericolul unui incendiu ce vine imediat în minte). Cu alte cuvinte, nu există nicio graniţă riguroasă între înregistrarea informaţiilor de către organele de simţ şi prelucrarea acestora în creier. Diferenţa dintre acestea este, în mare măsură, arbitrară. Din punct de vedere biologic, al suportului organic al aparatului senzorial, senzaţii separate nu întâlnim decât la animalele inferioare şi la copiii nou născuţi în primele săptămâni, când datorită mielinizării incomplete a fibrelor asociative din cortex nu este posibilă comunicarea cvasi-instantanee a diverselor părţi ale acestuia.

Un al doilea factor care face dificilă analiza senzaţiilor îl constituie *subiectivitatea* acestora. Se vorbeşte despre calităţile obiectelor şi fenomenelor externe: dur, rece, amar, puternic, dar în fapt

ne referim la transformările pe care acestea le determină la nivelul aparatului receptor şi stările subiective produse de acestea. Ceea ce receptăm la conştiinţă nu este calitatea şi starea obiectelor externe, ci aceea a stării nervilor noştri senzitivi. Acest fapt a fost observat şi teoretizat, plecând de la experienţe extrem de simple, încă de la sfârşitul secolului al XIX-lea, de către psihologul Johannes Müller sub forma *legii energiei specifice a organelor de simţ*. Din această perspectivă, putem spune că *nu există senzaţii produse de cauze externe, ci doar senzaţii determinate de starea receptorilor noştri determinată de cauze externe*. Ceea ce resimţim noi este *modificarea energiei nervilor senzoriali şi nu calităţile stimulilor exteriori*. În funcţie de natura receptorului, acesta nu poate oferi decât un tip specific de senzaţii: ochiul – senzaţii vizuale, urechea – auditive, pielea – tactile sau termice etc. Indiferent de natura excitantului (rază luminoasă, lovitură, curent electric) nervul optic va codifica tot senzaţii luminoase. Din acelaşi motiv *una şi aceeaşi cauză determină senzaţii diferite conforme organelor receptoare respective* (o lovitură determină senzaţii de contact şi dureroase la nivelul pielii, puncte luminoase în ochi şi zgomot în ureche) (Cosmovici, 1996).

Cum s-ar explica însă faptul că omul nu este captiv în lumea sa subiectivă? Unul din argumente îl constituie suportul evoluţionist. Specializarea senzorială a diverselor organe de simţ s-a realizat în decursul evoluţiei speciei umane, astfel că există un suport filogenetic pentru corespondenţa dintre codificarea stimulului la nivelul sistemului nervos şi cauza care l-a produs.

În al doilea rând, deşi creierul cunoaşte doar limbajul semnalelor electrice care se asociază descărcărilor nervoase, modalitatea de *transducţie* (transformarea energiei fizice în semnale electrice care circulă spre creier) se realizează prin modalităţi diferite, fapt care permite decodificarea lor corectă ulterioară. Cele mai importante calităţi care trebuie transmise pentru a obţine o imagine cât mai similară a realităţii sunt *modul* (ce tip de stimul este) şi *intensitatea* (cât de puternic este acesta). Fiecare organ de simţ are receptori specifici (celule specializate sensibile la anumite categorii de stimuli fizici). Odată activate, acestea transmit către creier, în anumite arii receptoare, semnale electrice ale stării lor. Datorită acestui fapt, diferenţele calitative dintre modalităţile senzoriale sunt recunoscute dat fiind faptul că ele sunt codificate potrivit căilor neurale implicate. De cealaltă parte,

cercetările moderne au arătat că intensitatea stimulului este proporţională cu numărul de impulsuri pe unitatea de timp: cu cât stimulul este mai intens cu atât frecvenţa acestora creşte, deşi mărimea impulsurilor transmise de celula receptoare la creier este aceeaşi. Omologia dintre diferenţele între senzaţiile corespunzătoare stimulilor şi cele corespunzătoare senzaţiilor poate explica similaritatea dintre imaginea sensibilă reflectată la nivelul creierului şi starea de fapt a lucrurilor. Prin urmare, deşi senzaţia de roşu este altceva decât vibraţia electromagnetică corespunzătoare, diferenţei dintre senzaţiile de verde şi roşu îi va corespunde o diferenţă între lungimile de undă electromagnetică responsabile de declanşarea acestora. În funcţie de complexitatea receptorului (analizatorului) implicat, în cadrul unora dintre modalităţile senzoriale putem distinge mai multe calităţi (v. şi Golu, 2005).

Calităţile senzaţiilor

Modalitatea – senzaţiile corespund unei anumite categorii: vizuale, auditive etc. (corespunzând, de obicei, unui anumit tip de stimul);

Intensitatea – senzaţiile au o anumită forţă mai mică sau mai mare (determinând tipuri specifice de răspuns);

Reflectarea – fiecare senzaţie reflectă un aspect determinat al realităţii, codificat în forma specifică a organului receptor;

Referenţialitatea – senzaţiile ne relaţionează şi raportează la realitatea externă având şi funcţie de cunoaştere;

Instrumentalitatea-reglarea – senzaţiile pot regla şi declanşa reacţii comportamentale adaptative;

Durata – orice senzaţie are o anumită persistenţă în timp care corespunde duratei de acţiune a stimulului;

Motricitatea – studii numeroase susţin ideea că percepţia senzorială este dependentă de mişcare: pentru a determina asprimea unei suprafeţe mâna trebuie să se mişte pe aceasta, vizualizarea unui obiect implică fixarea ochiului, acomodarea cristalinului şi numeroase mişcări imperceptibile ale globului ocular în zona limitelor acestuia, discriminarea înălţimii sunetelor implică mişcări imperceptibile ale corzilor vocale etc.

Diversitatea intramodală – în cadrul fiecărei modalităţi a senzaţiilor se pot diferenţia calităţi specifice (nuanţă, saturaţie,

luminozitate pentru cele vizuale, înălţime, intensitate, timbru pentru cele auditive etc.);

Afectivitatea – fiecare senzaţie se asociază cu o anumită tonalitate afectivă, fiind resimţite ca agreabile sau dezagreabile, determinând reacţii diferite. Unele sunete sunt percepute ca agreabile, unele gusturi ca plăcute, unele culori ca relaxante sau, dimpotrivă, excitante etc.

Culturalitatea – senzaţiile umane, de la cele gustative la cele vizuale, sunt modelate şi pot integra, în conţinut şi semnificaţie, influenţe ale factorilor socio-culturali.

Sensibilitatea

Nu toate senzaţiile sunt la fel de intense şi nu toţi stimulii din natură produc senzaţii. De asemenea, studiile şi experimentele au arătat că sensibilitatea senzorială este dependentă de mai multe categorii de factori. Mihai Golu clasifică aceste determinări în trei mari grupe: factori psihofizici, psihofiziologici şi socioculturali.

Determinările psihofizice

Pentru a declanşa o senzaţie, stimulii trebuie să aibă o intensitate minimă care este cunoscută sub numele de prag absolut. *Pragul absolut* reprezintă intensitatea minimă a unui stimul care poate genera o senzaţie. Măsurătorile realizate prin diverse tehnici experimentale de determinare a relaţiei dintre magnitudinea fizică a unui stimul şi reacţia psihologică dezvăluie impresionanta sensibilitate pe care diversele noastre organe de simţ o au la schimbările din mediul înconjurător.

Simţul	Valoare minimă a stimulului
Văz	Flacăra unei lumânări de la 4-5 km în întuneric profund într-o noapte senină
Auz	Ticăitul ceasului de la 6 m
Gust	O linguriţă de zahăr în 7 l de apă
Miros	O picătură de parfum în volumul de aer a 6 camere
Atingere	Aripa unei muşte care cade pe obraz de la înălţimea de 1 cm

Valorile minime aproximative ale stimulilor pentru diversele organe de simţ după Eugene Galanter (1962)

În afara pragurilor absolute mai importante sunt:

- *pragul de discriminare* – intervalul minim între care pot fi diferenţiaţi doi stimuli de aceeaşi natură. De exemplu, pragul de

discriminare tactilă reprezintă distanţa minimă la care simţim două puncte de contact pe piele ca fiind diferite, pragul de discriminare vizuală este dat de distanţa minimă necesară pentru a distinge două puncte apropiate (acuitate vizuală testată de oculist) etc.;

- *pragul superior* – intensitatea maximă a stimulului care mai poate fi codificată în modalitatea senzorială respectivă. Valorile care depăşesc acest prag nu mai pot fi transpuse în senzaţiile corespunzătoare şi sunt resimţite, de obicei, ca senzaţii dureroase (pragul superior al audibilităţii, de exemplu, este de 20 000 de vibraţii/secundă, iar pragul absolut de 16 vibraţii/secundă).

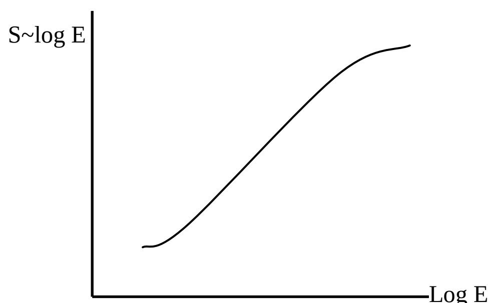
Mai importante sunt *pragurile diferenţiale* care se referă la diferenţa minimă de intensitate necesară pentru a percepe modificarea intensităţii unui stimul. Un individ cu o sensibilitate înaltă la schimbare va detecta diferenţe foarte mici între stimuli, ceea ce înseamnă că va avea o valoare mai mică a pragului diferenţial. Valoarea pragului diferenţial se află într-un raport constant faţă de mărimea care trebuie adăugată. Cei care au pus în evidenţă pentru prima dată această relaţie au fost fiziologul Ernst Heinrich Weber şi fizicianul Gustav Fechner. (De aceea, această relaţie este cunoscută sub numele de curba lui Weber-Fechner). Ei au arătat că cu cât valoarea standard iniţială este mai mare cu atât sistemul senzorial este mai puţin sensibil la modificări, cu alte cuvinte sensibilitatea receptorilor se adaptează intensităţii stimulilor. Valoarea cu care trebuie mărită intensitatea stimulului standard pentru o diferenţă perceptibilă este proporţională cu intensitatea stimulului standard: $\Delta s/S = K$. Iată valorile intuitive pentru câteva categorii de senzaţii:

Calitate	Pragul diferenţial
Intensitate luminoasă	8%
Intensitate sonoră	5%
Frecvenţa sonoră	1%
Concentrarea aromei	15%
Concentrarea soluţiei	20%
Greutăţi ridicate	2%
Şocuri electrice	1%

Pragul diferenţial pentru diverse calităţi ale stimulului după Smith et al. (2005)

Astfel, dacă într-o cameră sunt aprinse 25 de lumânări pentru a putea fi detectată o diferenţă de luminozitate mai trebuie adăugate 2 lumânări (8%), dacă sunt însă aprinse 100 de lumânări ar mai trebui

adăugate încă 8 pentru a putea fi sesizată o diferenţă de luminozitate. Această relaţie este însă corectă doar pentru intensităţi medii ale stimulilor, deoarece la intensităţi foarte mari sau foarte mici ea se transformă într-o zigmoidă.



Formula care descrie cel mai bine raportul dintre sensibilitate şi intensitatea excitantului (demonstrată în multe alte experimente) este de forma S=K·log E+C (unde S este senzaţia resimţită, E – excitantul, iar K şi C sunt constante). În cazul pragurilor superioare, care depăşesc capacitatea de percepere, ele semnalează, de obicei, intensităţi periculoase ale stimulilor, fapt tradus prin senzaţia de durere (lumina prea puternică, presiunea tactilă prea puternică, zgomotul prea tare sunt resimţite dureros).

Determinările psihofiziologice

Adaptabilitatea. Pragurile psiho-fizice absolute şi diferenţiale sunt crescute de acţiunea prelungită a stimulului sau scăzute de absenţa acestuia (scăderea semnificativă a sensibilităţii tactile poate fi observată când ne îmbrăcăm, în 3 secunde ajunge până la 1/5 din valoarea iniţială, sensibilitatea vizuală creşte de până la 200 000 de ori la trecerea de la lumină la întuneric, adaptabilitatea termică şi cea olfactivă sunt la fel de puternice, însă cea auditivă şi la durere foarte slabe, aproape nule).

Contrastul. Sensibilitatea creşte în cazul interacţiunii simultane sau succesive a stimulilor de intensităţi diferite. *Contrastul simultan* se referă la accentuarea reciprocă a clarităţii şi pregnanţei stimulilor sau a celui dominant sub influenţa celor secundari (se manifestă în special în cazul senzaţiilor vizuale, contrastul mărimilor şi al culorilor, slab în cazul celor auditive şi dificil de sesizat pentru celelalte). *Contrastul succesiv* se referă la creşterea sensibilităţii pentru stimulii de aceeaşi modalitate, dar de intensitate diferită, după ce primul a acţionat timp

îndelungat (extrem de pregnant se observă contrastul gustativ, olfactiv, termic şi cel vizual).

Interacţiunea. Se referă la creşterea sau scăderea sensibilităţii unui analizator prin interacţiunea diverselor sale câmpuri receptoare sau cu a celorlalţi receptori. Stimularea luminoasă slabă a anumitor segmente retiniene determină sensibilizarea segmentelor apropiate. Sunetul unui diapazon se aude mai tare când simultan se aprinde o lumină şi mai slab când ea se stinge. Sensibilitatea vederii crepusculare creşte când faţa este ştearsă cu apă rece, se mestecă tablete dulci-acre sau se respiră forţat.

Sinestezia. Acţiunea unui stimul asupra unui receptor poate produce simultan senzaţii caracteristice altora. De aceea vorbim despre sunete ascuţite sau reci, culori moi, gusturi tari, foarte cunoscut fiind cazul audiţiei colorate specifică multor compozitori celebri.

Oboseala. Datorită faptului că funcţionarea receptorilor se bazează pe cantitatea de energie stocată în structura lor, care este limitată, ei obosesc în timp, fapt manifestat prin scăderea severă a sensibilităţii lor. Oboseala poate fi de trei tipuri: de *suprasolicitare* – care se formează la nivelul aparatelor senzoriale datorită funcţionării îndelungate în condiţiile unor stimuli de intensitate peste medie, *subsolicitare* – scăderea excitabilităţii scoarţei cerebrale în lipsa stimulării externe, şi *de aşteptare* – datorat încordării neuropsihice.

Determinările socioculturale ale sensibilităţii

Conştientizarea. Odată cu maturarea conştientului experienţele senzoriale sunt determinate de gradul de focalizare a conştiinţei: astfel sensibilitatea va fi mai crescută în cazul unui stimul aşteptat decât al unuia neaşteptat.

Selectivitatea. Pe parcursul maturizării prin învăţarea senzorială sau perceptivă organizată şi dirijată şi ulterior prin specificul profesiei, individul îşi poate dezvolta o sensibilitate crescută pentru anumite modalităţi senzoriale.

Estetizarea. Funcţionarea mecanismelor senzoriale este reglată şi modelată de către codurile culturale în care individul se formează prin evaluarea calităţii diverselor tipuri de senzaţii în baza unor categorii speciale: frumos-urât, agreabil-dezagreabil.

Semantizarea. Vizează calitatea de reprezentare, de referenţialitate a senzaţiilor care, în cazul omului, ajung să desemneze relaţii între diverse însuşiri ale obiectelor stimul, determinând raporturi de sens

nu numai în cazul stimulului, ci şi semnificaţii legate de alţii, stimuli absenţi.

Verbalizarea. Sensibilitatea poate fi influenţată, optimizată prin instructaj şi comenzi verbale. Experimentele au arătat că verbalizarea modifică semnificativ efectele determinărilor psihofizice sau psihofiziologice.

Clasificarea senzaţiilor

Senzaţiile pot fi clasificate după două criterii complementare:

- potrivit *naturii conţinutului* informaţional avem trei tipuri de senzaţii: a) *exteroceptive* – care ne furnizează informaţii cu privire la stimulii externi; b) *interoceptive* – care ne dau informaţii despre stările propriului organism şi c) *proprioceptive* – care ne dau informaţii despre poziţia şi mişcarea corpului;
- potrivit *analizatorului* în care acestea se realizează vom avea: senzaţii *tactile, vizuale, auditive, olfactive* şi *gustative*.

Senzaţiile interoceptive sau organice

Pot fi clasificate în: a) cele legate de nevoia de funcţionare a corpului responsabile de menţinerea homeostaziei – foamea, setea, sufocarea, senzaţia de descărcare, oboseală şi de somn.

Senzaţia de sete este legată de scăderea cantităţi de apă din sânge şi de la nivelul celulelor.

Senzaţia de foame este determinată de scăderea concentraţiei substanţelor nutritive necesare funcţionării organismului.

Senzaţiile de descărcare sunt legate de procesul metabolic şi sunt generate de acumularea la nivelul aparatului excretor a reziduurilor metabolice.

Senzaţia de oboseală marchează atingerea punctului critic al proceselor energetice în întregul organism sau părţi ale sale în urma desfăşurării unei activităţi îndelungate.

Senzaţia de somn reprezintă manifestarea psihologică a necesităţii alternării stării de veghe cu cea de somn, se integrează mecanismului de reglare a ciclului circardian şi marchează sfârşitul perioadei de veghe stabilită anterior prin condiţionare. (Cel mai cunoscut este fenomenul *jet-lag*-ului resimţit de cei care călătoresc cu avionul şi îşi schimbă semnificativ fusul orar).

Foamea şi setea

Senzaţiile interoceptive sunt, de cele mai multe ori, expresia existenţei unor dezechilibre fizio-chimice în organism. Mecanismele de reglare ale metabolismului sunt extrem de complexe. De exemplu, *senzaţia de sete*, ca manifestare psihologică a nevoii de apă, poate fi rezultatul a două tipuri de dezechilibre: poate indica sărăcirea rezervelor de apă intracelulare sau a celor extracelulare. *Setea extracelulară* apare atunci când nu am băut apă mai multă vreme sau am făcut exerciţii fizice intense. În acest caz, apa a fost eliminată prin respiraţie (vapori), piele (transpiraţie), vezică (urină) şi în toate cazurile extrasă din sânge. Această reducere determină o scădere imperceptibilă a presiunii sanguine, dar care este înregistrată de receptorii presiunii din rinichi (dar şi inimă şi vasele mari care transmit informaţia la creier). Acesta eliberează hormonul antidiuretic (ADH) care comandă reţinerea apei de către rinichi în timpul diurezei şi trimiterea ei înapoi în sânge (în cazurile de deshidratare se poate observa închiderea culorii urinei – mai săracă în apă). Simultan, este eliberat un alt hormon, renina, care, în interacţiuni cu angiotensina din sânge, activează neuronii din creier care determină dorinţa de a bea apă. Acesta este şi motivul pentru care, atunci când pierdem mai mult sânge, datorită scăderii presiunii sângelui, întreg mecanismul este pus în mişcare, determinând senzaţia de sete. *Setea intracelulară* se datorează fenomenului de *osmoză* – tendinţa apei de a se deplasa din zonele în care se află în abundenţă către cele mai sărace. Cantitatea de apă din ţesuturi este determinată de concentraţia ionilor „săraţi” (sodiu, potasiu, clor). Când corpul pierde apă, încep să crească concentraţiile acestora, iar sângele devine mai sărat, fapt care determină migraţia apei din interiorul celulelor (inclusiv neuroni) în sânge. Neuronii hipotalamici se activează producând setea intracelulară sau „osmotică”. Vedem, astfel, de ce avem senzaţia de sete atunci când consumăm alimente foarte sărate – creşte concentraţia de sare din sânge, fapt care declanşează procesul sus-amintit.

În ceea ce priveşte *foamea*, aceasta este definită ca fiind senzaţia prin care organismul semnalizează diminuarea sau dispariţia substanţelor necesare activităţii celulare (a ţesuturilor şi organelor) şi nu este produsă doar de golirea stomacului, cum eronat se credea înainte (senzaţia de foame apare la multă vreme după golirea stomacului şi chiar dacă acesta este plin, ea poate fi provocată prin injectarea de peptone, de exemplu). Ca şi senzaţia de sete, senzaţia de foame este produsă de schimbarea compoziţiei chimice a sângelui, a scăderii glucidelor sau când procesele de ardere ating punctul critic. Senzaţiile gastrice sunt doar supra-semnale care acompaniază semnalele despre starea generală a organismului, la fel ca şi în cazul setei în care deshidratarea mucoasei laringiale şi bucale şi contracţiile la nivelul laringelui sunt doar semnalele acompaniatoare la nivel macrosistemic.

b) *Senzaţiile de durere* reprezintă un tip aparte de senzaţii, fiind o formă de sensibilitate nespecifică (nu există un receptor individualizat, receptorii durerii fiind distribuiţi la nivelul tuturor ţesuturilor şi organelor, fiind reprezentaţi de formaţiuni nervoase libere amielinice) şi nu relaţionează cu natura stimulilor, ci doar cu intensitatea şi durata acestora. Ea este definită ca o *reflectare în forma unei trăiri subiective negative a efectelor acţiunii oricărui stimul a cărui intensitate depăşeşte pragul superior de toleranţă* (Golu, 2005). Spre deosebire de celelalte senzaţii al căror conţinut informaţional ne trimite la natura substanţială a stimulilor, durerea vizează doar propriul corp. Sensibilitatea la durere diferă foarte mult de la individ la individ şi nu se conformează, în general, legilor sensibilităţii, ca celelalte modalităţi senzoriale. (De exemplu, sensibilitatea la durere nu scade în timp, scăderea senzaţiei subiective de durere datorându-se modificărilor atenţiei şi nu scăderii sensibilităţii la durere). Durerea este mai mult influenţată de minte decât de receptori, existând diverse mecanisme fiziologice (precum cel descris de „teoria porţilor” a lui Ronald Melzack şi Patrick D. Wall (1988)) care pot fi, în principiu, controlate mental (prin reglarea secreţiei de endorfine care acţionează similar morfinei). Pe scurt, pentru apariţia durerii nu este necesară doar activarea receptorilor, ci şi a „porţilor neurale” din măduva spinării care transmit informaţia la creier. Ea se caracterizează prin *intensitate* (dependentă de mărimea acţiunii sau nivelul de lezare a ţesutului), *durată* (relativ proporţională cu durata acţiunii stimulului), *calitate* (în funcţie de tipul ariei afectate: *superficiale* – cutanate, *profunde* – musculare, *viscerale* – organice şi *centrale* – la nivelul sistemului nervos central) şi nu în ultimul rând, *localizabilitate* (ne dă informaţii despre locul şi poziţia zonei de leziune).

Senzaţiile proprioceptive

Sunt de trei tipuri: cele *legate de poziţia şi mişcarea membrelor* – somatostazice şi chinestezice şi care se datorează existenţei unor terminaţii nervoase la nivelul muşchilor, tendoanelor şi ligamentelor, *cele de echilibru* – care ne dau informaţii despre poziţia capului şi corpului în spaţiu, şi cele *statice* legate de poziţia capului şi a corpului în spaţiu. Ultimele două tipuri de senzaţii, cele de echilibru şi cele statice, se datorează activării unor receptori de la nivelul urechii interne.

Senzaţiile exteroceptive

Senzaţiile tactile

Sunt resimţite datorită unor receptori aflaţi la nivelul pielii. Ele pot fi de două tipuri. *Senzaţii de presiune* apar atunci când survine o deformare a pielii, unele zone precum obrajii, buzele sau nasul fiind mult mai sensibile decât altele, în funcţie de numărul de receptori existenţi. Se consideră că acestea s-ar datora existenţei a două categorii de corpusculi (de suprafaţă – Meissner şi de profunzime – Vater-Pacini), dar în multe tipuri de senzaţii tactile intervin cu siguranţă şi alţi senzoreceptori cum ar fi: simţul vibratil al perilor existenţi la nivelul pielii pentru senzaţia de asprime sau cei dureroşi pentru mâncărime. *Senzaţiile de temperatură* sunt datorate, ca şi senzaţiile de durere, terminaţiilor libere ale nervilor din piele. Nu există o clară specializare a acestor receptori, cei pentru rece putând reacţiona şi la temperaturi foarte înalte (la peste 45ºC). Sensibilitatea senzaţiilor tactile este extrem de plastică, fiind printre cele cu adaptabilitatea cea mai mare.

Senzaţiile gustative

Gustului i se atribuie, deseori, experienţe care aparţin altor analizatori. De multe ori, ceea ce socotim a se datora gustului alimentelor se datorează de fapt mirosului (fără miros nu poţi deosebi vinul roşu de oţet sau ceapa de măr), unor senzaţii tactile ale limbii (gust făinos, uleios), termice (menta) sau dureroase (sifon, muştar). Zestrea genetică (sensibilitatea diferită dovedită la amarul din cafeină şi zaharină (Bartoshuk, 2000)) şi experienţa (aprecierea ca plăcut a gustului citric şi al chininei de către indienii din Karnataka, faţă de cei crescuţi în Occident (Moskowitz, Kumaraiah, K. N. Sharma, Jacobs şi S. D. Sharma, 1975)) determină gusturi extrem de diferite. Se consideră că orice gust poate fi descris ca fiind format din unul sau patru gusturi fundamentale: *dulce* (de ex., zaharoza), *acru* (acid citric), *sărat* (clorură de sodiu) şi *amar* (chinină), deşi unii autori mai adaugă gustul *alcalin* (leşios) şi pe cel *metalic*. Este deja recunoscut ştiinţific (Kawamura şi Kare, 1987) şi extrem de utilizat în industria alimentară gustul *delicios* (*Umami* - determinat de un amestec de glutamat şi nucleotide), ca fiind al cincilea gust fundamental. Senzaţia de gust se datorează activării mugurilor gustativi aflaţi în special pe suprafaţa limbii (dar şi pe faringe şi laringe) la contactul cu o substanţă dizolvată în salivă sau apă.

Limba este inegal sensibilă la aceste gusturi: dulcele este simţit preponderent pe vârf, săratul în vârf pe partea anterioară, amarul la bază şi acrul pe margini, în centrul limbii aflându-se o zonă insensibilă la gust.

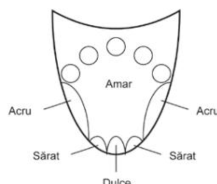
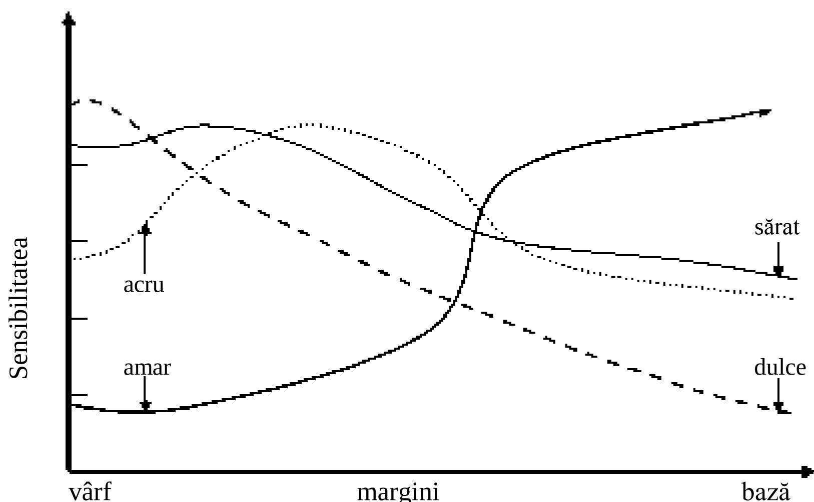


Figura următoare oferă o reprezentare a sensibilităţii la cele patru tipuri fundamentale de gusturi pentru diferitele zone ale limbii.



Graficul sensibilităţii gusturilor în diferite zone ale limbii

Senzaţiile olfactive

Importanţa fiecărui simţ în supravieţuirea speciei este reflectată în mărimea suprafeţei ariei corticale consacrată acestuia. Deşi mirosul este încă extrem de important pentru om (cu ajutorul lui detectăm alimentele alterate, emisiile de gaze şi contribuie decisiv la creşterea apetitului) cortexul olfactiv acoperă numai 5% din suprafaţa creierului (la câini acesta este de aproximativ 33%, iar la peşti aproape întreg creierul frontal). La fel ca şi senzaţiile gustative, cele olfactive se pot amesteca uneori cu cele de durere (mirosurile usturătoare) şi cele gustative (mirosurile dulci sau cele amărui). Există mai multe clasificări ale mirosurilor. Cea a lui Carl Linné din 1756, conţinea şapte clase:

1. *aromatice*, 2. *fragante* (crinul), 3. *ambrosiace* (moscul), 4. *aliacee* (usturoiul), 5. *hircine* (valeriana), 6. *repulsive* (ca cele de ploşniţă), 7. *greţoase* (ca acelea de cadavru în descompunere),

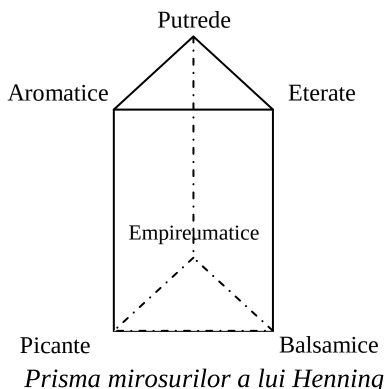
Ea a fost completată de Hendrik Zwaardemaker, în 1895, ajungând la nouă clase:

1. Mirosuri *eterate* (eterurile din esenţe de fructe, cloroformul, vinul, ceara), 2. Mirosuri *aromatice* (camforul, eucaliptolul, mentolul, mărarul, acidul cianhidric), 3. Mirosuri *balsamice* (lăcrămioarele, violetele, vanilia), 4. Mirosuri *ambrosiace* (moscul, ambra), 5. Mirosuri *aliacee* (usturoiul, acidul sulfhidric, clorul, bromul, iodul), 6. Mirosuri *empireumatice* (de ars) (benzolul, fenolul, gudronul, pâinea prăjită, cafeaua), 7. Mirosuri *fetide* (transpiraţia, acidul caprilic, mirosul de ţap), 8. Mirosuri *respingătoare* (piridina, opiul, ploşniţe), 9. Mirosuri *greţoase* (scatolul, indolul, asafoetida, cadavrul în descompunere),

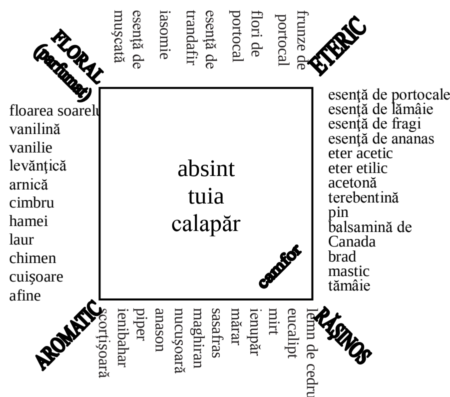
Mai noi sunt la prisma mirosurilor propusă de Hans Henning:

1. *parfumate* sau *fragante* (florile), 2. *eterate* (fructele), 3. *aromatice* (mărarul, piperul), 4. *balsamice* (răşinoasele), 5. *empireumatice* sau *arse* (gudronul) şi 6. *putrede* (hidrogenul sulfurat),

şi pătratul lui Robert Sessions Woodworth.



Prisma mirosurilor a lui Henning



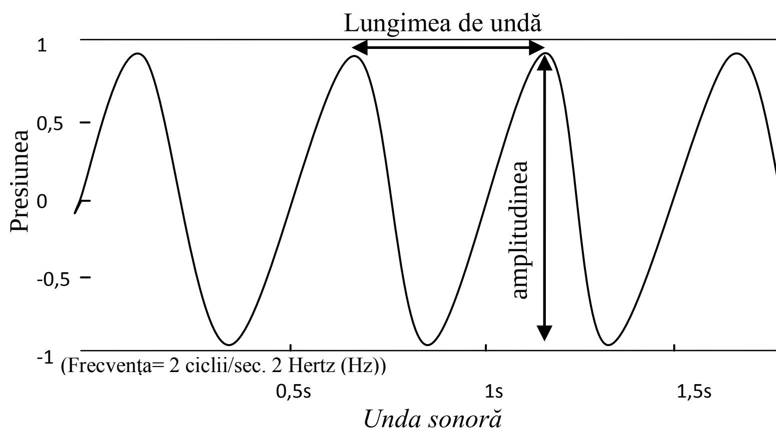
Pătratul mirosurilor după Woodworth

Mecanismul neuro-fiziologic al mirosului este încă supus unor aprinse dezbateri, existând doar ipoteze referitoare la modul în care ia naştere senzaţia olfactivă. Hans Henning, de exemplu, considera că mirosul unei substanţe depinde de trei factori: nucleul moleculei, grupările atomice atașate la acest nucleu, şi modul sau locul de aşezare, el propunând o teorie a mecanismului olfactiv bazată pe relaţia dintre structura moleculară și tipul mirosului (*teoria chimică*). Alţi cercetători susţin că responsabile pentru apariţia senzaţiei olfactive sunt valenţa electronilor sau atomilor în molecule, arătând că vibraţii electronice

specifice, caracteristice substanţei, excită receptorii în mod diferenţiat, potrivit cu numărul acestora (*teoria vibratorie*). Multitudinea şi dificultatea conceperii acestor teorii se datorează faptului că o persoană sănătoasă poate distinge între 10 000 şi 40 000 de mirosuri diferite (femeile având o sensibilitate mai bună decât bărbaţii (Cain, 1988)), ba chiar se poate ajunge până la 100 000 de mirosuri diferite în cazul degustătorilor profesionişti sau ai creatorilor de parfumuri. Pe de altă parte, în cazul mirosului există numeroase tipuri de receptori olfactivi diferiţi (Linda Buck şi Richard Axel (1991) presupun nu mai puţin de 1000).

Senzaţiile auditive

Alături de vedere, auzul reprezintă pentru om unul dintre cele mai importante canale de obţinere a informaţiilor. Senzaţiile auditive se produc datorită mişcării unei membrane de la nivelul urechii interne cauzată de variaţia presiunii exercitate de sunete. Sunetul este prin natura sa vibraţie care se transmite prin aer sub formă de undă. Unda sonoră este cel mai simplu descrisă printr-o diagramă a aerului în funcţie de timp.



Unda sonoră

El se caracterizează prin trei calităţi: *înălţimea*, care traduce frecvenţa vibraţiei moleculelor de aer, *amplitudinea*, care reprezintă mărimea maximă a oscilaţiilor (cât de tare se aude sunetul) şi *timbrul* – totalitatea sunetelor secundare care însoţesc tonul dominant (felul în care percepem complexitatea sunetului). Oamenii pot detecta sunete cuprinse într-un spectrul de frecvenţe sonore între 20 şi 20 000 de hertzi.

Una dintre problemele cele mai controversate ale psiho-fiziologiei auzului o constituie discriminarea înălţimii sunetelor. Există două teorii: *teoria temporală* („teoria telefonului”) propusă de Ernest Rutherford în 1886 (şi îmbunătăţită de Ernest Glen Wever şi Charles W Bray în 1949, „teoria salvei”, şi cu Merle Lawrence, în 1954, „teoria salvei locale”) care susţine că sub acţiunea undelor sonore întreaga membrană auditivă bazilară vibrează, iar frecvenţa acestei vibraţii determină frecvenţa impulsurilor nervoase din nervul auditiv. Cu alte cuvinte, *înălţimea percepută a sunetului depinde de variaţia în timp a acestuia*. Această teorie însă lasă descoperite frecvenţele de peste 1 000 hertzi (frecvenţa maximă cu care impulsurile nervoase pot fi transmise de către fibrele nervoase, fapt dovedit experimental. Chiar şi în varianta îmbunătăţită, a lui Wever, de codificare pe grupe de neuroni şi îmbinare a acestor frecvenţe, fapt care ar permite codificarea unor impulsuri de frecvenţă mai ridicate, fiindcă capacitatea fibrelor nervoase de a copia lungimea de undă se opreşte în jurul valorii de 4 000 herzi.); cea de a doua teorie, propusă de Joseph Guichard Duverney în 1683 şi demonstrată ulterior de Herman von Helmholtz (1863) şi îmbunătăţită prin descoperirile lui Georg von Bekesy („teoria undei în mişcare” (1928)), numită *teoria localizării*, vine să completeze această deficienţă sugerând că frecvenţa sunetului este codificată în mod mecanic prin rezonanţă – măsura în care un anumit sunet de o anumită frecvenţă reverberează pe o distanţă calculată matematic. În varianta modernă, există mai multe locuri specifice pe membrana bazilară care determină anumite senzaţii în funcţie de înălţimea sunetului. Mai exact, sub acţiunea stimulului sonor întreaga membrană vibrează, dar diferă locul frecvenţei maxime, ceea ce înseamnă că vom avea mai mulţi receptori, excitaţi diferit pentru înălţimea sunetului, cei care vor vibra cel mai intens vor determina fibrele nervoase activate şi tonul ce se va fi auzit (Smith et al., 2005). Cele două teorii, cea temporală şi cea a localizării se dovedesc complementare atâta timp cât prima nu poate explica perceperea sunetelor înalte, iar cealaltă a celor foarte joase (sub 50 hertzi întreaga membrană bazilară vibrează la fel). S-a dovedit, de asemenea, că localizarea *direcţiei* sunetului (dreapta - stânga) se datorează diferenţei de intensitate a sunetului perceput în cele două urechi (*diferenţa interaurală a sunetului*) (în mod inconştient, deoarece aceasta este foarte mică), iar pentru frecvenţe mai mari de 500 de Hz, şi a diferenţei temporale a sunetului (*diferenţa temporală interaurală*), pe când *poziţia* sursei sale (faţă - spate şi sus - jos) este detectată datorită indicatorilor

monoaurali (funcţia de transfer anatomic) datoraţi reliefului pavilionului urechii (astuparea acestuia, şi lăsarea unui loc doar pentru canalul auditiv, face imposibilă detectarea locaţiei) şi modului în care sunetul venind din exterior este reflectat din cap, umeri şi piept.

Senzaţiile vizuale

Ca şi sunetul, lumina este o formă de energie electromagnetică, alături de razele X, undele ultraviolete şi infraroşii, cele radio şi TV emanate de la soare şi alte corpuri, mai exact acea parte din spectrul electromagnetic la care ochiul uman este sensibil. Receptorii sensibili la lumină se află în retină (un strat subţire de ţesut din partea posterioară a ochiului) şi constau în două tipuri de celule: celule cu bastonaşe – specializate pentru vederea pe timp de noapte (aproximativ 115 milioane), sensibile la intensităţi extrem de mici şi celule cu conuri care se activează la intensităţi mari ale luminii responsabile de senzaţiile colorate (mai puţine, aproximativ 6 milioane). Animalele lipsite de celulele cu bastonaşe, precum găinile, nu pot vedea noaptea şi de aceea se adăpostesc, cele lipsite de celulele cu conuri, precum câinii, deşi nu pot distinge culorile se descurcă foarte bine noaptea şi pe lumină crepusculară. Conurile şi bastonaşele conţin nişte substanţe chimice (fotopigmenţi) care absorb lumina şi o transformă în impuls nervos care, prin intermediul nervului ocular, este transmis la creier. Sensibilitatea ochiului este extrem de dinamică, la trecerea de la lumină la întuneric, pe lângă dilatarea pupilei (pentru a capta o cantitate cât mai mare de lumină) are loc şi creşterea sensibilităţii celulelor receptoare (a celor cu conuri mai rapid, în aprox. 5 minute, a celor cu bastonaşe mai lent, în aprox. 40 de minute). Lumina poate fi caracterizată prin trei calităţi: *tonul* (sau nuanţa) care se referă la tipul culorii, *luminozitatea* (intensitatea radiaţiei) care reprezintă cantitatea de lumină care pare reflectată de o suprafaţă colorată şi *saturaţia* (puritatea) în raport cu cantitatea de alb din ea. Există 6 culori fundamentale (mai demult indigoul – între albastru şi violet – era considerată o culoare distinctă).

Vederea culorilor se datorează capacităţii ochiului de a transforma lungimile de undă ale radiaţiilor electromagnetice din spectrul vizibil (cele cu lungimea cuprinsă între 380 şi 750 nm) în culori.



Undele scurte par albastre, cele medii verzi, iar cele lungi, roşii. Dat fiind că ochiul este un receptor extrem de sensibil, pragul diferenţial al sensibilităţii vizuale este de aproximativ doi nanometri şi, în medie, între aceste limite putem diferenţia nu mai puţin de 150 de nuanţe (şi fiindcă fiecare dintre acestea poate varia în funcţie de luminozitate şi saturaţie, numărul estimat este mai mare de 7 milioane de nuanţe). NIST (National Institute of Standards and Technology) are nume pentru mai puţin de 7 500 de culori. Studiind termenii care desemnează culorile în 98 de limbi, Brent Berlin şi Paul Kay (1969) au arătat că există 11 termeni universali pentru culori:



Cum se explică însă percepţia culorii? O proprietate extrem de importantă a fizicii culorilor o constituie faptul că toate nuanţele posibile de culori pot fi obţinute prin amestecul a numai trei culori de bază, numite primare (verde, roşu şi albastru). Pe baza acestei proprietăţi fizice a culorilor a fost dezvoltată *teoria Young-Helmholtz a vederii tricromatice* conform căreia există trei tipuri de conuri sensibile, în special la lungimile de undă corespunzătoare celor trei culori primare. (Dacă existenţa celulelor cu bastonaşe şi a celor cu conuri pentru lungimile scurte de undă este foarte veche, celulele pentru lungimile de undă medii şi lungi au evoluat filogenetic, relativ recent, acum 35 de milioane de ani, probabil datorită schimbării, mai exact, îmbunătăţirii, dietei cu fructe coapte (roşii) în detrimentul celei cu frunze (verzi).) Datorită stimulării în grade diferite a celor trei tipuri de celule (şi nu a fiecăreia separat!) rezultă calitatea culorii. Prin urmare, această teorie explică posibilitatea reproducerii tuturor culorilor prin combinarea celor trei culori primare prin procesul de discriminare a culorilor prin răspunsurile diferite induse în cei trei receptori de către diversele lungimi de undă şi diferenţele între tipurile de deficienţe în perceperea culorilor. Există însă alte constatări experimentale din psiho-fizică care dovedesc incompletitudinea acestei teorii. În 1878, Ewald Hering a observat că ochiul este incapabil să observe combinaţii de roşu - verzui

sau galben - albăstrui, adică acele culori complementare (sau opuse) a căror combinaţie dă alb. În acelaşi timp, a fost constatat şi fenomenul de contrast, culorile complementare se potenţează reciproc, fiecare culoare iradiind în jurul ei culoare complementară. Dacă privim intens mai întâi culoarea roşie şi ne fixăm apoi privirea pe o suprafaţă albă, vom vedea o pată de culoarea verde, deoarece componentele sensibile la roşu din celulele respective obosesc şi se activează cele pentru verde. A apărut, astfel, *teoria culorilor oponente (bicromatică sau tetracromatică)* conform căreia cele trei substanţe fotosensibile din celulele cu conuri pot reacţiona în două moduri fiecare (prin asimilaţie sau dezasimilaţie (mărirea, de exemplu, a ratei de transmisie a impulsurilor nervoase la roşu şi scăderea ei la verde)) la radiaţia primită, rezultând astfel senzaţii pentru patru culori din al căror amestec rezultă toate celelalte nuanţe. La acestea se adaugă celulele sensibile la alb şi negru.

Asimilaţie	*Dezasimilaţie*
Verde	Roşu
Albastru	Galben

Teoria se numeşte *bicromatică*, dacă ţinem cont de existenţa a două categorii de conuri care dau senzaţiile celor patru culori, sau *tetracromatică*, dacă ţinem cont că se bazează pe existenţa a patru culori fundamentale. Din nou, ca şi în cazul auzului, s-ar părea că vederea colorată se explică printr-o sinteză a celor două procese. La ora actuală, se consideră că cele două procese funcţionează concomitent, experimentele neurale confirmând mecanismul proceselor oponente. *Teoria bistadială* susţine că cele trei tipuri de receptori realizează recepţia primară transmiţând aceste informaţii unor unităţi de codare a culorilor oponente (neuroni bicolori) aflaţi la un nivel superior al sistemului vizual (în talamus) (Hurvich şi Jameson, 1974). Se presupune că aceste celule se activează spontan mărindu-şi frecvenţa de transmisie a influxului nervos relativ la lungimea de undă care îi activează. Mecanismul exact al procesului este, încă, supus unor aprinse dezbateri (v. Devalois şi Jacobs, 1984; Shapley şi Hawken, 2002 sau Conway, 2001). Cu toate acestea, cercetări ale proceselor de prelucrare primară la nivelul retinei şi talamusului indică faptul că culorile nu sunt procesate în mod izolat, ci simultan cu informaţia despre luminozitate şi formele vizuale în aceleaşi circuite neurale pentru a face posibilă o reprezentare unitară şi robustă a lumii vizuale (Gegenfurtner, 2003).

Rezumat

În acest capitol am analizat senzaţiile ca trăiri asociate stimulilor fizici, tipurile de receptori, mecanismele de codare şi transformare a semnalelor fizice în impulsuri nervoase (fenomenul de transducţie), proprietăţile şi caracteristicile principalelor modalităţi senzoriale: văzul, auzul, mirosul, simţul tactil, senzaţiile; pragurile diferenţiale (legea Weber-Fechner), absolute şi de discriminare. Am insistat mai mult pe caracterizarea proceselor senzoriale, dat fiind rolul lor de interfaţă biofizică cu lumea fizică. Celelalte procese studiate în continuare sunt, în special, procese complexe de prelucrare a informaţiilor astfel primite, procese de reglare sau moduri de adaptare şi reacţie la provocările din lumea înconjurătoare (biofizică).

Cuvinte cheie

codificare senzorială, constanţa culorii, determinări psihofizice, determinări psihofiziologice, determinări socioculturale, înălţimea percepută a sunetului, frecvenţă, luminozitate, prag absolut, prag diferenţial, prag de discriminare, receptori, saturaţie, sensibilitate, senzaţii (exteroceptive, interoceptive, proprioceptive), teoria bistadială, teoria culorilor oponente (bicromatică sau tetracromatică), teoria localizării, teoria temporală, teoria Young-Helmholtz a vederii tricromatice, timbru, transducţie.

Întrebări recapitulative

Ce se înţelege prin codificare senzorială?
Care sunt factorii ce determină nivelul sensibilităţii?
Cum sunt clasificate senzaţiile?
Care sunt caracteristicile senzaţiilor vizuale şi auditive?
Care sunt mecanismele care fac posibilă percepţia sunetelor?
Care sunt mecanismele care fac posibilă percepţia culorii?
Care sunt caracteristicile senzaţiilor olfactive, gustative şi tactile?

Capitolul IV Percepţia

După cum precizam în capitolul anterior, la adult nu există senzaţii izolate, fiecare senzaţie fiind interrelaţionată şi evocând altele, inclusiv impresii anterioare, astfel încât impresiile pe care omul le are despre obiectele şi fenomenele din lumea înconjurătoare cu care interacţionează se constituie în imagini senzoriale mai complexe care se numesc *percepţii*. Dacă prin intermediul receptorilor senzoriali omul capătă informaţii izolate despre calităţile şi însuşirile fenomenelor externe, percepţia constituie deja prima treaptă a cunoaşterii, ea implicând o procesare şi organizare a materialului informaţional primit prin simţuri, oferind o cunoaştere a acestora *în integralitatea lor* şi *în momentul acţiunii* lor asupra organelor senzoriale. *Percepţia reprezintă procesul de achiziţionare, selectare, interpretare şi organizare a informaţiei senzoriale.*

Fazele percepţiei

Deşi la prima vedere percepţia pare a fi un fenomen pasiv şi spontan de receptare a informaţiei senzoriale, în realitate ea este un proces care se desfăşoară în timp: între ½ şi 2 secunde. Percepţia are un caracter fazic care cuprinde mai multe momente: *orientarea*, *explorarea*, *detecţia*, *discriminarea*, *identificarea* şi *interpretarea*. Primele trei etape sunt faze pregătitoare ale actului percepţiei propriu-zise.

1. *Orientarea*. Se referă la direcţionarea atenţiei şi „acordarea” receptivităţii în raport cu locul şi natura sursei de stimulare (mergând într-o excursie prin munţi ne hotărâm să admirăm priveliştea pentru a observa lucruri interesante).

2. *Explorarea*. Pe fondul stării de vigilenţă orientată creată anterior are loc survolarea şi explorarea mediului înconjurător. Aceasta poate fi spontană (neintenţionată) sau dirijată/selectivă (ne uităm de jur împrejur survolând întreg spaţiul accesibil vederii noastre).

3. *Detecţia*. Etapa anterioară este efectuată în vederea găsirii stimulului care a motivat (conştient sau inconştient) declanşarea procesului de percepţie. Surprinderea existenţei acestuia şi „delimitarea” sa faţă de alţi stimuli formează etapa detecţiei (observăm un obiect în mişcare în pădure). Din acest moment se trece la percepţia propriu-zisă.

4. *Discriminarea*. Se referă la toate operaţiile cvasi-conştiente de delimitare a sursei stimulului de celelalte senzaţii. Acum observăm detaliile specifice care ne vor ajuta în obţinerea unor informaţii cu sens despre obiectul percepţiei. (Ne centrăm pe caracteristicile obiectului, încercând să îl delimităm de peisaj şi observăm că se mişcă în direcţia noastră, este de culoare maro închis şi cam de dimensiunea noastră).

5. *Identificarea*. Pe baza izolării caracteristicilor sursei stimulului, are loc o prelucrare secundară a datelor, în raport cu conţinutul impresiilor anterioare, prin care identificăm (categorial) natura sursei. Experienţa senzorială este astfel transpusă într-o experienţă cu sens. (Ne dăm seama că este un urs).

6. *Interpretarea*. Această ultimă etapă constă în evaluarea importanţei sau utilităţii obiectului percepţiei, operaţie care se face prin raportarea la experienţa anterioară, scopurile şi motivaţiile noastre. Interpretarea conduce fie la constatarea relevanţei obiectului (care poate avea o semnificaţie pozitivă sau negativă – adică prezenţa lui mă afectează direct sau indirect şi trebuie să iau o atitudine, să acţionez) sau a *irelevanţei* sale, caz în care obiectul iese din centrul atenţiei, percepţia focalizându-se pe următorii stimuli. (În cazul nostru pregătirea pentru supravieţuire, nu este recomandată fuga!)

Deşi aparent un proces simplu, percepţia se dovedeşte a fi un fenomen extrem de complex de prelucrare, codificare-decodificare şi organizare informaţională a experienţei senzoriale în care intervin mai multe variabile:

- externe: specificitatea stimulului, intensitatea, durata, frecvenţa apariţiei, contextul, gradul de determinare, semnificaţia;
- interne: vârsta, sexul, tipul de personalitate, starea motivaţional-atitudinală, starea afectivă, experienţa perceptivă anterioară, starea de expectaţie, atitudinea intelectuală („starea de set”), starea funcţională a analizatorilor; precum şi
- procese psihice superioare: atenţia, memoria, gândirea etc.

Tipuri de percepţii

Există mai multe mecanisme care permit percepţia şi recunoaşterea mai multor caracteristici esenţiale pentru determinarea, plasarea şi operarea cu obiectele din mediul înconjurător.

Obiect şi fond al percepţiei. În primul rând, percepţia obiectelor implică distingerea, „extragerea” obiectelor din fundal. Lumea senzorială, aşa cum ne este prezentată prin organele de simţ, este o mare de impresii senzoriale din care, prin percepţie, sunt extrase/izolate doar acele senzaţii ce aparţin sursei percepţiei. Când privim un obiect (de exemplu o catedrală) putem observa că acesta (*obiectul percepţiei*) apare clar, pe când restul imaginii din câmpul meu vizual (piaţa în care se află) (*fundalul*) îmi apare neclar. În exemplul ales, aceasta se întâmplă deoarece cristalinul se acomodează distanţei la care se află obiectul. În alte situaţii poate interveni doar atenţia, de exemplu, privesc ecranul televizorului, dar mă concentrez asupra conversaţiei pe care o port la telefon, ascult recitalul de vioară pe fundalul acompaniamentului orchestral etc. Oricând, obiectul şi fondul se pot schimba între ele (când mă concertez asupra pieţei, iar catedrala devine fond al percepţiei mele şi invers) cum este cazul iluziei lui Rubin. În figura de mai jos este reprezentată o vază sau două feţe?



Imagini reversibile bazate pe celebra imagine dublă „Vaza lui Rubin”

Separarea obiectului de fond este posibilă datorită unor cauze fizice, *obiective*: diferenţele dintre acesta şi celelalte din jurul său, mişcarea sa în raport cu ambianţa, şi *subiective*: relaţia pe care acesta o are cu experienţa mea trecută şi prezentă, cu acţiunile mele, cu unele aspecte ale imaginaţiei percepute, interesele, dorinţele şi scopurile mele etc.

Percepţia spaţiului. Din punct de vedere fizic, imaginea obiectelor se formează pe retină şi, prin urmare, este bi-dimensională. Cum se explică faptul că noi percepem obiectele în spaţiu, tridimensional? Cum ne dăm seama de distanţa la care se află ele? Acest lucru se realizează prin intermediul unor procese şi raţionamente inconştiente care determină reglări la nivelul gândirii senzorio-motorii. Cu alte cuvinte, *percepţia se învaţă*. Astfel, *distanţa* la care se află obiectele se determină prin două categorii de indici:

– indici specifici vederii monoculare: *mărimea relativă pe retină* (mărimea imaginii pe retină în cazul obiectelor cunoscute), *perspectiva lineară* (liniile paralele ne apar ca apropiindu-se în depărtare), *perspectiva aeriană* (absenţa detaliilor în cazul obiectelor îndepărtate), *înălţimea relativă* (dintre obiectele similare cele mai apropiate de orizont sunt percepute mai îndepărtate), *umbrele* (configuraţia umbrelor oferă indici despre profunzimea unui obiect), *interpoziţia* (suprapunerea obiectelor face ca cele din faţă să fie recunoscute ca fiind mai aproape), *mişcarea relativă* (*paralaxa mişcării* – când ne aflăm în mişcare obiectele mai depărtate par a se mişca mai încet), *mişcările de acomodare oculară* (bombarea cristalinului în cazul obiectelor apropiate);

– indici care se datorează vederii bioculare: *convergenţa oculară* (care creşte când un corp se apropie); *paralaxa* sau *disparitatea bioculară* (diferenţa dintre imaginile furnizate de cei doi ochi, care este cu atât mai mare cu cât obiectul este mai apropiat, operaţiile de suprapunere a lor la nivelul cortexului vizual devine indice al distanţei).

Percepţia mişcării. La prima vedere, percepţia mişcării unui obiect se datorează mişcării lui de-a lungul retinei. Experimentele legate de mişcarea stroboscopică infirmă însă această explicaţie simplistă. Mişcarea stroboscopică este folosită în cinematografie şi se bazează pe aprinderea şi stingerea unei lumini în întuneric şi reaprinderea alteia, câteva milisecunde mai târziu, lângă locul unde se aprinsese prima ş.a.m.d.. Observatorul va percepe o mişcare continuă a luminii. Se pare că în percepţia mişcării intervin, pe lângă *indicii vizuali* (mişcarea imaginii corpului pe retină) sau *senzaţiile chinestezice* provocate de mişcarea ochilor când urmărim obiectul, fenomenul de *persistenţă senzorială* (impresia lăsată de un stimul mai rămâne scurt timp după încetarea acestuia) în cazul imaginilor video şi *adaptarea selectivă* (pierderea sensibilităţii la mişcare ce apare în timpul urmăririi unui obiect în mişcare). De asemenea, studiile au mai demonstrat existenţa unor celule specializate în detectarea mişcărilor pe anumite direcţii şi viteze (cum sunt celulele specializate în detectarea obiectelor ce se apropie de cap (Regan, Beverley şi Cynder, 1979)), precum şi a unei prelucrări complexe a stimulilor la nivelul cortexului (integrarea impresiilor senzoriale ale obiectelor percepute se realizează în arii corticale diferite şi, prin urmare, impresiile legate de culoare, formă, adâncime sau mişcare sunt, în mare parte, prelucrate pe căi paralele

independente (Livingstone şi Hubel, 1987)). Deşi, după cum am văzut, prelucrarea formei vizuale, luminozităţii şi culorii implică şi reţele neurale comune (Gegenfurtner, 2003).

Constanţa percepţiei

Complexitatea mecanismului percepţiei se relevă, în special, în fenomenul de constanţă a percepţiei. Aceasta reprezintă capacitatea creierului de a menţine caracteristicile fizice ale obiectului (dimensiune, formă, culoare), chiar dacă impresiile sale senzoriale se modifică semnificativ: masa este percepută ca dreptunghiulară deşi imaginea reflectată pe retină o prezintă ca trapezoidală – o monedă o „vedem" ca rotundă chiar dacă imaginea ei este ovală, culoarea hainei mele este albastră chiar şi seara când culoarea reflectată de ea este gri. Acest lucru este posibil deoarece prin percepţie sunt extrase doar însuşirile esenţiale, imaginea percepută este mult „simplificată", fiind reţinute doar trăsăturile caracteristice: *indicii de recunoaştere*. În percepţie se realizează un fel de „hartă" sau „schemă" a imaginii obiectului, pe baza unor caracteristici considerate constante. Acest proces de selecţie este esenţial atâta timp cât cantitatea de informaţie provenită de la receptori este uriaşă (capacitatea de transmisie a nervului optic este de 400 milioane de biţi/s, echivalentul unei cărţi de 2 000 de pagini (!), iar creierul nu poate procesa conştient (!) decât 100 de biţi pe secundă).

Constanţa culorii

(şi a luminozităţii) se datorează *reflectanţei* obiectului (faptul că respectiva suprafaţă reflectă unele unde luminoase mai mult decât altele), indiferent de lungimea de undă a sursei de lumină pe care aceasta o reflectă.

Constanţa mărimii

Dimensiunea percepută a unui obiect rămâne relativ constantă, indiferent de distanţa care ne separă. Aceasta se întâmplă deoarece noi „ştim" dimensiunile obiectului şi, aşa cum au arătat experimentele lui Emil Emmert din 1881, creierul se orientează după indicatorii adâncimii. Cu cât distanţa faţă de un obiect creşte, dimensiunea imaginii sale pe retină scade, dar indicatorii distanţei semnalează creşterea acesteia şi, drept urmare, dimensiunea percepută va rămâne relativ constantă.

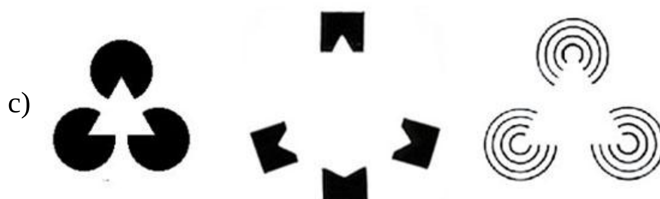
Constanţa formei

Este în mare parte datorată specificului perceptiv al formelor, mult studiat de şcoala gestaltistă (a formei). Perceperea formei unui obiect nu se face mecanic prin asocierea impresiilor senzoriale pe care le produce, ci creierul nostru percepe de la bun început grupurile de obiecte în forme sau structuri organizate (trei puncte pe hârtie sunt percepute ca vârfurile unui triunghi). Printre principiile de ordonare descoperite de gestaltişti se numără: *principiul proximităţii* (tendinţa de a grupa în aceeaşi structură elementele mai apropiate între ele), *principiul similarităţii* (tendinţa de a grupa elementele identice sau asemănătoare). Astfel că, în situaţia a) vom avea tendinţa de a vedea trei grupuri de „x” şi „o” amestecate, iar în situaţia b) şiruri de „o” şi „x” succesive.

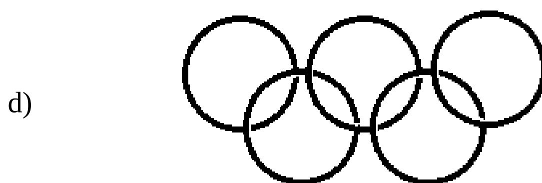
a) ooooooooxx xxxxxxooooo oooxxxxxxxx

b) ooooooooxxxxxxxxxooooooooxxxxxxxxx

Principiul închiderii (al bunei continuităţi), o configuraţie deschisă tinde să fie continuată în percepţie şi să se închidă.

c) 

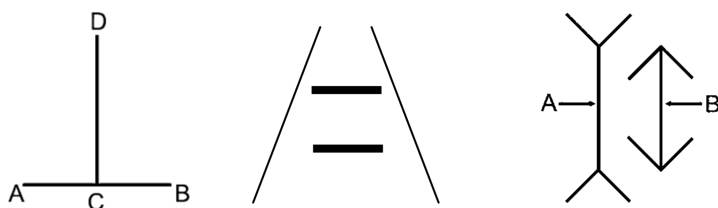
Principiul bunei forme (pregnanţei) potrivit căreia realitatea este organizată sau redusă la cele mai simple forme posibile (în figura d) nu vom vedea o formă complicată, ci doar cinci cercuri).

d) 

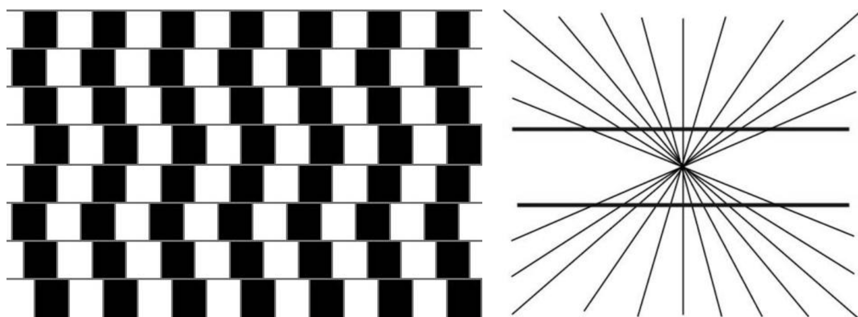
Iluziile şi erorile perceptive

Constanţa perceptivă. Capacitate uriaşă de sintetizare şi prelucrare a informaţiilor în timpul actului de percepţie, este răspunzătoare însă şi de numeroasele iluzii şi erori perceptive. Reorganizările pe care creierul le produce automat pentru menţinerea constanţei percepţiei duce uneori la crearea unor iluzii. Cele mai evidente şi uşor de ilustrat sunt cele optice, dar ele apar în toate modalităţile de percepţie sau chiar în conjuncţia acestora (de exemplu, dacă privim o înregistrare video în care o persoană spune *ba, ba* şi simultan ascultăm o înregistrare care spune *ga, ga,* deşi e o mare diferenţă de mişcare a buzelor în cele două cazuri, asocierea acestor surse contradictorii de informaţii ne face să „auzim" *da, da*).

În acelaşi mod, două linii de aceeaşi lungime perpendiculare sau „integrate" diferit vor fi percepute ca inegale:



Dreptele paralele, în funcţie de context, vor părea deformate:



etc.

Patologia percepţiei

În afara acestor iluzii, deformări „normale” ale realităţii fizice percepute, complexitatea fenomenului percepţiei şi importanţa proceselor corticale de prelucrare a informaţiei mai este relevată şi de numeroasele cazuri de patologie a percepţiei documentate clinic. Acestea vizează în special incapacitatea pacienţilor de a recunoaşte obiecte familiare din lumea înconjurătoare. Aceste afecţiuni sunt numite **agnozii** şi ele evidenţiază, pe lângă implicarea memoriei în cadrul percepţiei, şi efectul unor leziuni în anumite părţi ale cortexului ori anomalii în structura receptorilor şi a căilor de transmisie a impulsurilor nervoase de la aceştia către creier. În funcţie de analizatorul principal implicat ele se împart în: *agnozii tactile* (incapacitatea de recunoaştere a obiectelor prin palpare), *agnozii auditive* (incapacitatea de recunoaştere a structurilor muzicale sau a sunetelor în general), *agnozii vizuale* (incapacitatea de recunoaştere a obiectelor, imaginilor, locurilor, de orientare în spaţiu), *somatoagnoziile* (nerecunoaşterea unor părţi ale corpului), etc.

Agnoziile

Agnoziile tactile (astereoagnoziile) – incapacitatea de recunoaştere a obiectelor prin palpare (*ahilognozia* – incapacitatea de recunoaştere a materialului, *amorfognozia* – incapacitatea de recunoaştere a formei şi dimensiunilor acestuia, *asimbolia tactilă* – recunoaşte materialul, dimensiunile şi forma dar nu recunoaşte obiectul);

Agnoziile auditive (muzicale – incapacitatea de a recunoaşte sunetele şi structurile muzicale, verbale – nu sunt recunoscute cuvintele, şi globale – nu sunt recunoscute niciun fel de sunete verbale sau non-verbale);

Agnoziile vizuale (nerecunoaşterea obiectelor, a imaginilor, a simbolurilor grafice, cele asociative), cecitatea psihică (imposibilitatea de recunoaştere exclusiv prin vedere, trebuind să apeleze şi la alţi analizatori), cecitatea corticală (în care se pierde complet orice senzaţie şi percepţie vizuală), *simultanagnozia* – incapacitatea de a percepe simultan mai mult de un aspect al stimulilor vizuali şi de a integra detaliul vizual într-un întreg coerent, *prosopagnozia* – sau agnozia fizionomiilor, pierderea abilităţii de recunoaştere a feţelor (şi aici există celebrul caz documentat al „Omului care şi-a confundat nevasta cu o pălărie” (Oliver Sacks, 1985), *agnoziile spaţiale* (pierderea capacităţii de orientare în spaţiu), *topoagnoziile* – incapacitatea de recunoaştere a locurilor, traseelor sau aranjamentelor spaţiale, *paragnozii* – false recunoaşteri ale obiectelor);

Anoagnoziile sau incapacitatea de recunoaştere şi reprezentare, în fiecare moment, a existenţei corporale în întregime şi pe segmente a unor părţi ale corpului, alterarea schemei corporale (*asomatognozia* – nerecunoaşterea părţilor corpului, *autotopoagnozie* – imposibilitatea de a descrie părţile corpului şi *agnozia digitală* – nu îşi distinge degetele între ele).

Rezumat

În acest capitol a fost prezentat procesul de achiziţionare, selectare, interpretare şi organizare a informaţiei senzoriale din cadrul percepţiei, momentele sale: orientarea, explorarea, detecţia, discriminarea, identificarea şi interpretarea; caracteristicile principale pentru determinarea, plasarea şi operarea cu obiectele din mediul înconjurător. Sunt descrise, de asemenea, mecanismele care stau la baza percepţiei formei şi a mişcării, fenomenul constanţei percepţiei precum şi iluziile şi erorile perceptive rezultate de aici. În încheiere au fost trecute în revistă principalele afecţiuni patologice ale percepţiei (agnoziile).

Cuvinte cheie

adaptare selectivă, agnozie, constanţă (a culorii, a formei, a mărimii), cortex vizual, detecţie, discriminare, explorare, figură, identificare şi interpretare, iluzii perceptive, indicatori ai adâncimii, indicatori ai mărimii, grupare după proximitate, grupare după similaritate, lungimi de undă, orientare.

Întrebări recapitulative

Care sunt fazele percepţiei?
Care sunt principalele tipuri de percepţii?
Care este mecanismul percepţiei spaţiale tridimensionale?
Cum este percepută mişcarea?
Cum se explică constanţa percepţiei?
Ce sunt iluziile şi erorile perceptive?

Capitolul V Imaginaţia

Deşi în spaţiul românesc lucrările de psihologie generală obişnuiesc să separe reprezentările de imaginaţie (chiar şi de cea reproductivă), potrivit elementului de noutate implicat în transformările şi reactualizările anterioare, această separare este, în cea mai mare parte, arbitrară şi artificială, atâta timp cât şi reprezentările propriu-zise presupun, deja, transformări şi modificări ale percepţiilor originare. De altfel, există perspective (precum cea behavioristă sau cea cognitivistă), care neagă chiar existenţa imaginaţiei ca proces psihic distinct. Oricum, imaginaţia trebuie deosebită de fenomenele secundare ale percepţiei, cum ar fi *senzaţiile remanente*, *senzaţiile (imaginile) consecutive* sau *imaginile imediate* (Cosmovici, 1996).

Prin *senzaţii remanente* înţelegem persistenţa, şi după încetarea acţiunii stimulului, de scurtă durată a unei senzaţii. Ea se datorează inerţiei (la nivelul sistemului nervos central) excitaţiei în drumul său de-a lungul lanţurilor nervoase de la organul de simţ şi până în zona corticală corespunzătoare. Perioada remanenţei senzaţiei depinde de tipul analizatorului. De exemplu, în cazul senzaţiei vizuale persistenţa senzorială variază între 1/200 şi 1/10 dintr-o secundă şi invers proporţional cu intensitatea stimulării. În cazul senzaţiilor chinestezice sau statice, durata se poate prelungi până la câteva secunde (de exemplu, atunci când încetăm să ne mai rotim în jurul nostru, dar imaginea camerei continuă să se rotească).

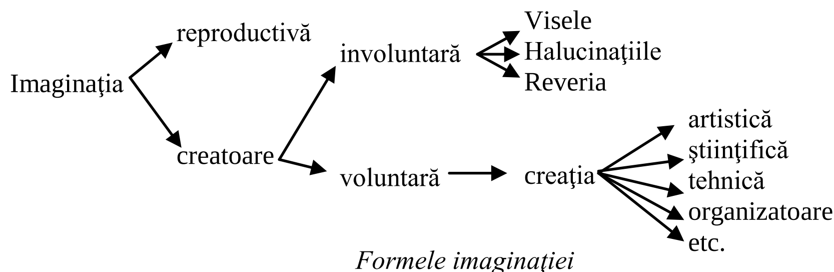
Prin *imagini consecutive* înţelegem senzaţiile complementare care apar în urma excitării mai îndelungate a unui tip de receptor, cum este cazul celulelor sensibile la culori. Fixarea privirii pe un obiect de o anumită culoare mai multă vreme duce la oboseala celulelor receptoare respective, fapt pentru care, dacă privim un ecran alb, vom vedea culoarea complementară.

Imaginile imediate sunt copii fidele, de scurtă durată şi slabă intensitate, a obiectelor vizionate.

Spre deosebire de aceste tipuri de reprezentări (imagini) datorate modului de funcţionare a percepţiei, în cadrul proceselor imaginative se depăşeşte faza re-producerii senzoriale, ele presupunând un grad mai înalt de prelucrare-generare şi producere mai mult sau mai puţin activă a imaginilor. Prin imaginaţie vom înţelege, aşadar, *procesele psihice prin care se evocă sau se construiesc reprezentările unor obiecte şi*

fenomene sau se induc noi stări psihice (afective sau motorii), în afara vreunei stimulări a organelor de simţ sau inducere prin consum de substanţe.

Formele imaginaţiei pot fi clasificate ca în figura de mai jos:



Formele imaginaţiei

Formele imaginaţiei

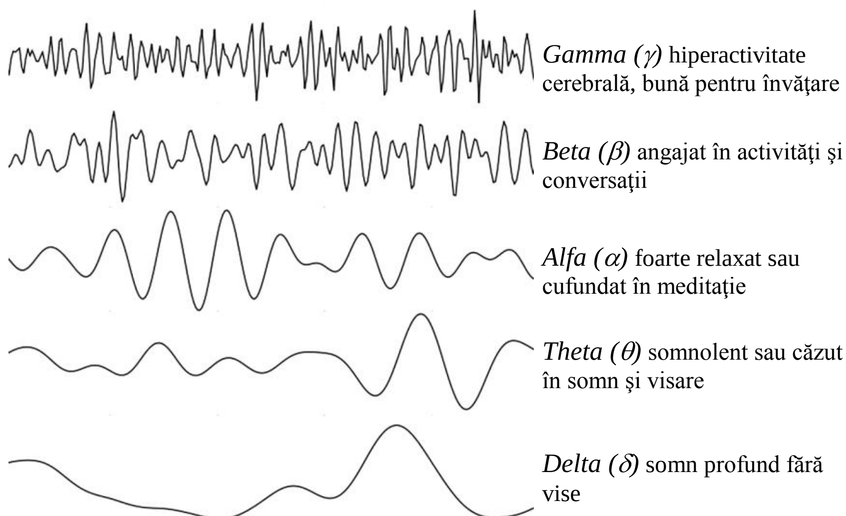
Imaginaţia reproductivă. Deşi prezintă multe elemente comune cu percepţiile prin faptul că ambele sunt fenomene intuitive, au efecte fiziologice, sunt legate de mişcare şi au un înţeles, reprezentările (sau imaginile) se deosebesc de cele dintâi, prin faptul că: *se produc în absenţa obiectului*, presupun o *prelucrare*, *abstractizare* şi *schematizare*, sunt *subiective* (şi, de obicei, lipsite de conştiinţa existenţei obiectului ei), fiindcă depind de voinţa noastră, sunt mai şterse, fragmentare şi fluctuante. Reprezentările au rol în *reglarea acţiunilor complexe* – prin anticiparea rezultatelor, efectelor posibile ale acestora; sunt *premisă şi sursă primară a gândirii*, fiind un intermediar între cunoaşterea senzorială şi conceptele abstracte ale gândirii; psihologia genetică a arătat, în plus, faptul că semnificaţiile conceptelor sunt bazate şi derivă din reprezentări. (În alţi termeni, gândirea raţională se formează plecând de la operarea cu obiecte concrete, trecând la acţiuni imaginate şi ajungând în final în operaţii mentale reversibile); sunt un adjuvant al gândirii verbal-logice prin funcţia lor de *concretizare* (atunci când nu suntem siguri dacă s-a înţeles o idee abstractă recurgem la exemplificări); şi, nu în ultimul rând, intervin în declanşarea şi desfăşurarea proceselor afectiv-motivaţionale având *rol cathartic* (de reducere a tensiunii, descărcare) sau *mobilizator*.

Imaginaţia creatoare. Se caracterizează prin: *fluiditate* – capacitatea de operare rapidă cu imagini şi idei, *plasticitate* – dinamismul cu care se poate schimba perspectiva ori modifica metodele de abordare, capacitatea de a depăşi inerţia şi obişnuinţele de gândire

pentru realizarea de acţiuni şi comportamente inovatoare. În cadrul imaginaţiei, ca *proces de generare şi combinare activă* a imaginilor/reprezentărilor şi ideilor, se disting două procese fundamentale: *analiza* – care constă în descompunerea unor reprezentări sau asociaţii originare – şi *sinteza* care se poate realiza prin mai multe procedee: aglutinare – combinarea de fragmente aparţinând unor reprezentări diferite, re-dimensionare, rearanjare, adaptare, schematizare, substituire, tipizare şi analogie, hiperbolizare sau diminuare, multiplicare sau omisiune, diviziune, modificare, accentuare etc.

Procesele imaginative au loc pe fondul activismului psihic care variază între minimum controlabil oniric al stării de somn superficial şi maximum focalizat al gândirii creatoare din starea de veghe, în funcţie de care putem delimita diversele forme ale acesteia precum visele, halucinaţiile, reveria şi imaginaţia creatoare. Pot fi deosebite două forme principale ale imaginaţiei creatoare: *imaginaţia voluntară* şi *imaginaţia involuntară*. În cadrul <u>*imaginaţiei involuntare*</u> distingem:

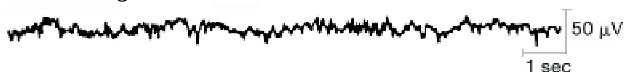
Visele. Activitatea psihică este pusă în evidenţă prin undele cerebrale. Au fost identificate cinci tipuri de unde cerebrale principale (Gamma: 40-70 Hz, Beta: 12-30 Hz, Alfa: 8-12 Hz, Theta: 4-8 Hz, Delta: 0,5-4 Hz) şi combinaţii ale acestora.



Cele cinci tipuri principale de unde cerebrale

Undele Beta sunt specifice stării de veghe, undele mai lente de tip Alfa sau Theta indică o relaxare a organismului, iar undele Delta sunt specifice somnului stabil şi celui profund fără vise precum şi stărilor meditative. Printre cele din urmă se numără şi *fusurile de somn*: unde specifice care apar atunci când persoana visează. Prin urmare, din punct de vedere neurologic, starea de somn nu este atât de unitară pe cât se consideră.

Stare de veghe



Somnolenţă

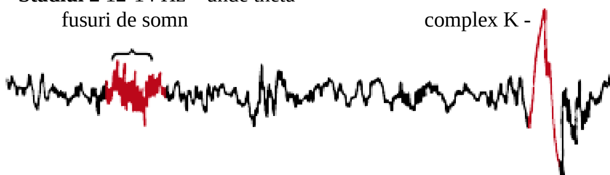


Stadiul 1 3-7 Hz – unde theta

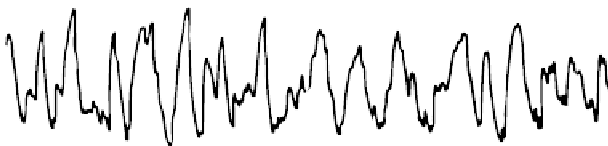


Stadiul 2 12-14 Hz – unde theta

fusuri de somn complex K -



Stadiile 3 şi **4** – Somn Delta ½ - 2 Hz – unde delta > 75 µV



Somnul REM - 3-7 Hz – rapid cu unde „dinţi de ferestrău"

dinţi de fierăstrău dinţi de fierăstrău



Activitatea electrofiziologică în timpul diferitelor stadii ale somnului

Există patru stadii ale somnului (N. Kleitman şi W. Dement, 1957): *somnolenţa* caracterizată prin unde Beta cu amplitudine crescută şi în care undele Alfa sunt treptat înlocuite de cele Theta; *somnul uşor* caracterizat de unde Theta şi fusuri de somn în ambele emisfere cu

amplitudine crescută în ariile cerebrale centrale; *somnul stabil* în cadrul căruia creşte ponderea undelor ritmice Delta, apar unde Theta neregulate şi există puţine fusuri de somn; şi *somnul profund* cu unde Delta ritmice dominante, unde Theta care apar regulat şi complet lipsită de fusuri de somn. La acestea se adaugă *somnul cu vise* numit şi *somn REM* (de la *rapid eye movement* – cu mişcări oculare rapide).

Prin *visare* înţelegem o stare modificată de conştiinţă în cadrul căreia sunt imaginate scenarii dramatice pornind de la amintirile, preocupările şi fanteziile individului. Visele apar periodic, la un interval de 90 de minute, în starea numită „somn paradoxal" (sau REM) (care ocupă între 20 şi 25% din perioada totală de somn, iar copiii visează mai bine de 50% din durata somnului, nou-născuţi chiar peste 80%) şi durează între 5 şi 45 de minute, ele crescând spre finalul nopţii, ultimele ore fiind cele mai bogate în vise (de obicei între 5 şi 8 dimineaţa). Se crede că somnul REM este declanşat de acumularea la nivelul scoarţei cerebrale a unor substanţe (numite metaboliţi) care sunt consumate în cadrul proceselor din starea REM. În starea REM se observă mişcări oculare rapide şi activitatea intensă a musculaturii urechii medii, paralizie motrice externă, răspunsurile evocate ale creierului la stimularea periferică (similare celor din starea de veghe), activitate corticală desincronizată similară (dar nu identică) cu cea din starea de veghe, modificări ale ritmului cardiac, creşterea metabolismului şi a debitului circulator sanguin cerebral, contracţii musculare ale unor grupe musculare izolate pe fondul unei activităţi tonice musculare diminuate – sunt identice cu cele din starea de veghe – unde cerebrale de tip Theta foarte regulate în hipocamp. Privarea de somnul cu vise determină perturbări în funcţionarea metabolică şi psihică, sesizându-se creşterea perioadelor de somn REM proporţional cu durata privării.

Imagistica prezentă în vise se bazează pe câteva operaţii fundamentale (Golu, 2002): *sinteza* – realizată nu doar prin analogii ale imaginilor obiective, ci şi prin combinarea efectelor, toate centrate în jurul unei teme dominante de obicei; *deplasarea* (sau transferul) – disocierea produsă între imagine şi încărcătura sa afectivă ce poate fi ataşată altei imagini; *dramatizarea* (sau figuralizarea) – traducerea şi ordonarea gândurilor şi ideilor ca într-o piesă de teatru, centrată pe o temă (de obicei un sentiment sau trăire afectivă); *elaborarea* – se petrece după trezire în momentul în care subiectul încearcă să-şi reamintească visul (povestească, interpreteze conştient), acesta căpătând

o nouă coerenţă şi ordine indusă de necesitatea inteligibilităţii sale semantice.

Funcţiile somnului. Există mai multe tipuri de somn: *somnul lent*, fără vise, numit somn non-REM sau SWS (*slow-wave sleep* [somnul cu unde lente]) – este cel în care are loc „odihnirea" şi regenerarea forţelor fizice şi mentale ale organismului. Chiar dacă creierul continuă să lucreze, în faza de somn profund nu mai există activităţi mentale sau fiziologice suplimentare. Somnul profund are în principal o funcţie anabolică (de asimilaţie, în special pentru sinteza macromoleculară de proteine şi ARN), reface energia şi anihilează oboseala fizică, are rol în procesele de memorie şi asigură odihna sistemului nervos central.

Somnul REM intervine în refacerea sistemul nervos central după solicitări psihice, stresuri şi eforturi intelectuale. Remodelarea memoriei (în special a celei de lungă durată) refacerea, reorganizarea şi formarea de noi conexiuni neuronale, interacţiuni, restructurări ale amintirilor, asigură substratul energetic şi mnezic necesar atenţiei, învăţării, modelării necesare menţinerii integrităţii personalităţii. Se consideră, de asemenea, că el contribuie decisiv la dezvoltarea sistemului nervos central al nou-născuţilor şi copiilor mici.

Procesele hipnoide sau halucinaţiile. Sunt imagini extrem de vii care apar în cazul unor afecţiuni psihice, inducţiei hipnotice sau al consumului de droguri (în special a halucinogenelor precum LSD-ul, PCP-ul („praful îngerilor" sau „praful lui Sherman"), canabisul şi haşişul) care favorizează întreruperea legăturii cu lumea exterioară. Ingerarea acestor substanţe poate determina halucinaţii, experienţe mistice, terifiante, flash-back-uri – LSD-ul, sentimente de disociere faţă de mediu, insensibilitate la durere, confuzie, dezinhibare – PCP-ul, stimulare şi euforie urmate de somnolenţă, distorsionarea percepţiei spaţiului şi timpului, afectări ale memoriei, schimbări în percepţia socială – canabisul. O caracteristică comună a consumului oricărui drog o constituie *toleranţa* – creşterea cantităţii necesare obţinerii aceluiaşi efect în cazul folosirii continue. Acelaşi lucru se întâmplă şi în cazul conţinuturilor imaginilor generate de consum: în fazele incipiente imageria este, în general, pozitivă, asociată cu stări de euforie, relaxare sau satisfacţie, pe când în fazele avansate aceasta devine preponderent negativă, fiind asociată cu agitaţie, anxietate, dezorientare etc.

Reveria (sau visarea cu ochii deschişi) se referă la starea numită semivigilă (caracterizată de înlocuirea undelor Delta cu cele mai rapide

şi de amplitudine mai mică Alfa) care, ca şi visul, apare din nevoia de exprimare şi realizare, măcar pe plan imagistic, a obiectivelor şi aspiraţiilor subiectului. Ea are în special rol compensator, de eufemizare (transpunere în alte planuri), detensionare şi optimizare. Prin visarea cu ochii deschişi are loc o tonificare a conştiinţei şi o întărire a motivaţiei. Prelungirea sa determină însă efecte dăunătoare deoarece o frecvenţă crescută duce la ruperea individului de lumea reală. Poate exista şi reverie negativă în condiţii de stres psihic prelungit, imagistica acesteia având un conţinut înfricoşător şi întreţinând o stare anxioasă.

Imaginaţia (creatoare) voluntară

Structura şi desfăşurarea procesului imaginativ comportă două tipuri de elemente: *generale* – care se găsesc în orice sferă a creaţiei şi cele *specifice* creaţiei artistice, poetice, filosofice sau ştiinţifice. Gândirea conştientă, cea dominantă, este gândirea verbal-analitică, „gândirea ştiinţifică”, dominant intelectuală, lipsită de afecte. Valoarea acesteia este preponderent de verificare şi nu de descoperire. Pentru inovare este nevoie de angajarea în „gândirea-trăită” (*felt-thinking*) care implică emoţii şi intuiţie. Imaginaţia este un mediator între conştient şi inconştient. Ideile inovatoare nu sunt produsul gândirii analitice, ci apar ca „străfulgerări” intuitive, gânduri trăite, cum mărturisea Einstein. Aceste intuiţii apar la pragul dintre conştient şi inconştient. După Harold Rugg, imaginaţia este *mintea transliminală*, aflată la pragul dintre conştient şi inconştient. Faza liminală necesară accesării acesteia este o stare de „pasivitate internă”, „o anticameră transliminală” în cadrul continuului conştient - inconştient în care individul îşi trăieşte întreaga viaţă (Rugg, 1963, pp. 292–293). Ea este opusă gândirii pozitive a acţiunii controlate, fiindcă nu este voluntară. Celebrul matematician H. Poincaré susţinea că soluţiile şi ideile îi veneau în special în momentele de relaxare când nu se gândea voluntar la ele. Filosoful Immanuel Kant conferea imaginaţiei o funcţie bazilară în arhitectura cunoaşterii, ea având rolul de a realiza sinteza dintre intuiţiile sensibile ale sensibilităţii şi unitatea abstractă conferită de conceptele intelectului. Această zonă fertilă dintre mintea conştientă, rezolvatoare de probleme, şi profunzimile inconştientului este similară cu starea taoistă de „ne-gândire”, cea care „lasă toate lucrurile să fie ceea ce sunt firesc pentru ca natura lor să fie satisfăcută” pentru a ajunge în locul pe care „îl ştiam înainte de a şti” (Zhuangzi). De aceea, este mai potrivit să fie numită imaginaţia „preponderent voluntară” (Cosmovici, 1996) şi nu voluntară.

Ea presupune trei faze: *faza logică* (perioada de pregătire, când se adună informaţii, se observă, se structurează proiectul), *faza intuitivă* (momentul de inspiraţie al artistului sau cunoaşterea sintetică a savantului, acea stare de iluminare când întreaga operă/problemă devine clară, soluţia se face evidentă, autorul are o viziune clară, de ansamblu asupra organizării şi desfăşurării proiectului) şi *faza critică* (de verificare, când are loc revizuirea operei, clarificarea soluţiei).

Factorii creativităţii

Eronat se crede de multe ori că creativitatea ar fi doar atributul unor indivizi: scriitori, poeţi, artişti, savanţi de excepţie. În realitate, orice persoană este creativă într-un anumit grad şi, chiar dacă nu poate înfăptui transformări impresionante, orice individ poate realiza îmbunătăţiri ale propriilor activităţi, ale propriei concepţii despre lume. Nivelul şi calitatea creativităţii este determinată de trei tipuri de factori:

Factorii cognitivi – cei asupra cărora atrăgea atenţia J. P. Guilford – sensibilitatea la probleme, fluenţa gândirii, capacitatea de a produce noutatea (originalitatea), flexibilitatea, capacitatea de analiză şi sinteză, complexitatea, reorganizarea şi abilitatea de elaborare (sau cei descrişi de H. G. Gough – aptitudinile intelectuale, interogative, flexibilitatea cognitivă, sensibilitatea estetică şi încrederea individului în posibilităţile şi realizabilitatea obiectivelor sale);

Factorii de personalitate, precum motivaţia crescută, interesul, nivelul ridicat de aspiraţie şi aptitudinile speciale (atitudinea interogativă, încrederea în forţele proprii, entuziasmul, temperamentul) pot creşte nivelul de creativitate suplinind uneori cu succes chiar şi un grad de inteligenţă mai modest; la care se adaugă vârsta şi sexul;

Factorii culturali determinaţi de atitudinea grupului de apartenenţă, calitatea mediului social de existenţă al individului, nivelul şi aspiraţiile culturale ale celor din jur pot contribui decisiv la ridicarea nivelului de creativitate al individului.

În funcţie de calitatea lor aceeaşi factori pot constitui adevărate blocaje în calea dezvoltării şi manifestării creativităţii. Astfel, *blocajele cognitive sau metodologice* sunt legate de inerţia şi habitus-urile anterioare de gândire care creează adevărate bariere conceptuale. Întâlnim, deseori, blocaje determinate de *rigiditatea algoritmilor anteriori*, (stereotipizarea) inerţia în aplicarea aceloraşi paşi de soluţionare a problemelor similare, *fixitatea funcţională* (folosirea

stereotipă a obiectelor şi instrumentelor numai în scopul pentru care au fost create), *critica prematură* a ideilor noi sau a sugestiilor neobişnuite, *specializarea îngustă* (gama restrânsă de preocupări şi interese ce favorizează tendinţa de a îngusta prea mult aria problemei), *incapacitatea de a vedea problema din mai multe puncte de vedere*, *lipsa informaţiilor*, *lipsa limbajului adecvat*, *dificultatea de a izola problema de context* etc. Tipul de personalitate poate genera la rândul său piedici serioase în calea afirmării creativităţii datorită, în special, *blocajelor emotive*: *frica de responsabilitate* (teama de a nu greşi), *timiditatea excesivă* (teama de a nu se face de râs), *lipsa de perseverenţă* (graba de a accepta prima idee), *neîncrederea în sine* (ce duce la descurajări premature) sau *competitivitatea exagerată* (dorinţa de a-i întrece pe ceilalţi duce la evitarea ideilor extraordinare); blocajele culturale cel mai des întâlnite sunt *conformismul* – care îi forţează pe oameni la concepţii şi comportamente omogene, *raţionalismul excesiv* al culturii moderne ce determină o încredere exagerată în raţiune şi dispreţuirea fanteziei, tabuurile sau *tradiţionalismul* care se opune schimbării, *incapacitatea de a incuba* (de a se relaxa), *dorinţa de ordine şi refuzul ambiguităţii* etc. La acestea se mai adaugă şi blocaje ambientale care decurg din relaţii organizatorice şi profesionale neadecvate (Adams, 1992): *lipsa cooperării*, *încrederii între colegi*, *managementul autocratic*, *factori de mediu distractori*, *lipsa suportului financiar şi organizatoric* etc.

Printre metodele utilizate pentru stimularea imaginaţiei (creativităţii) amintim: Brainstorming-ul, Philips 6-6, sinectica (W. Gordon), metoda 6-3-5, analiza morfologică (analiza Zwichy), dezbaterea în panel, inventica etc.

Rezumat

Acest capitol analizează imaginaţia care cuprinde totalitatea proceselor psihice prin care se evocă sau se construiesc reprezentările unor obiecte şi fenomene sau se induc noi stări psihice (afective sau motorii) în afara vreunei stimulări a organelor de simţ sau inducere prin consum de substanţe. Sunt prezentate principalele tipuri de imagini (imagini consecutive, senzaţii remanente, imaginile imediate), formele imaginaţiei: imaginaţia reproductivă, creatoare, involuntară şi voluntară, visele, halucinaţiile. Sunt descrise, de asemenea, mecanismul, stadiile şi funcţiile somnului. Este prezentată creativitatea

cu factorii (cognitivi, de personalitate şi culturali) care o determină şi blocajele care apar în cadrul procesului creativ.

Cuvinte cheie

aglutinare, analiză, blocaje cognitive sau metodologice, blocaje emotive, deplasare (transfer), dramatizare (figuralizare), elaborare, factori cognitivi, f. personali, f. culturali, imagini consecutive, i. imediate, imaginaţie (voluntară, involuntară, creativă, reproductivă), procese hipnoide (halucinaţii), re-dimensionare, reprezentări, reverie, senzaţii remanente, sinteza, somn nonREM, somn REM, vise.

Întrebări recapitulative

Care sunt principalele forme ale imaginaţiei?
Care sunt formele imaginaţiei involuntare?
Cum se explică şi care sunt caracteristicile viselor?
Care sunt caracteristicile imaginaţiei creatoare?
Care sunt factorii care influenţează creativitatea?

Capitolul VI Memoria

Memoria umană reprezintă un sistem extrem de complex. Deşi organizarea sistemului mnezic, modul de engramare (păstrare) şi reactualizare nu sunt încă clare, cert este faptul că memoria nu este o bancă de date, ci o reconstrucţie a informaţiilor, experienţelor şi emoţiilor trecute. O putem defini ca *funcţia psihică de bază care face posibilă fixarea, conservarea, recunoaşterea şi reproducerea informaţiilor şi trăirilor noastre* (Cosmovici, 1996).

Mecanismele memoriei

Sunt recunoscute trei etape ale procesului de memorare care sunt mediate de structuri cerebrale diferite: *encodarea* (engramarea, fixarea) – transformarea informaţiilor externe în forme care pot fi stocate, *stocarea* (conservarea, păstrarea în memorie) şi *reactualizarea* – (reproducerea, recuperarea) informaţiilor din memorie. Încă de la sfârşitul secolului al XIX-lea Hermann Ebbinghaus a arătat că informaţiile pot fi reactualizate în patru moduri: prin *reproducere* (reactualizarea fără suport extern, amintirea propriu-zisă), *recunoaştere*, *reconstrucţie* (când nu reuşim să ne amintim sau să recunoaştem informaţii memorate anterior, dar le putem reconstrui ordinea iniţială) şi *reînvăţare*. Materialul mnezic este stocat pentru memorizarea pe termen lung în diverse zone ale emisferelor cerebrale, în funcţie de natura sa. Astfel, amintirile în format lingvistic/semantic sunt păstrate în emisfera stângă, iar cele stocate în format vizual şi spaţial în cea dreaptă. Emisfera stângă este activată cu preponderenţă în cadrul procesului de *encodare*, iar cea dreaptă în timpul *reactualizării* materialului mnezic (lobul temporal). Odată cu vârsta se observă o scădere până la dispariţie a activităţii cerebrale ariilor specifice encodării (Grady *et al*.,1995), dar, în general, procesul de memorizare poate eşua la oricare dintre aceste trei nivele.

Cercetări recente (Schacter, Wagner şi Buckner, 2000) indică faptul că pot fi distinse cinci sisteme majore ale memoriei (care par a opera ierarhizat): *memoria procedurală* (sau memorie implicită care intervine în învăţarea deprinderilor motorii şi cognitive), *sistemul reprezentării perceptive* (responsabilă de procesarea informaţiei perceptive legate de forma şi structura cuvintelor şi obiectelor), *memoria semantică* (cuprinde o gamă largă de informaţii organizate

referitoare la fapte, concepte, lexic, ce formează cunoştinţele generale ale persoanei despre lume), *memoria de lucru* (responsabilă cu stocarea, menţinerea temporară şi medierea între reprezentările interne necesare desfăşurării activităţilor) şi *memoria episodică* (legată de achiziţionarea şi evocarea informaţiilor despre experienţe specifice care au loc într-un timp şi loc anume) (Tulving, 1972).

Formele memoriei

De-a lungul timpului diverşi cercetători au diferenţiat între diverse tipuri de memorie: memorie episodică, semantică; memorie a deprinderilor/cognitivă, memorie de lucru, de lungă durată, memorie implicită/explicită, memoria declarativă/nondeclarativă, memorie procedurală, memorie autobiografică, memorie rapidă/lentă, imaginativă, semantică (verbal-logică), afectivă, motorie etc. Memoria se dovedeşte a avea o organizare extrem de eterogenă, având mai multe forme de manifestare şi mai multe modalităţi de acţiune. Psihologii utilizează patru criterii principale pentru a delimita aceste caracteristici diferite ale memoriei. Primul dintre ele este cel legat de **tipul dominant de aferentaţie** şi aici avem: *memorie vizuală*, *auditivă*, *motorie*, *mixtă*. Potrivit celui de al doilea criteriu, cel al **duratei de păstrare a materialului,** vorbim despre *memoria imediată* (senzorială), *memoria de scurtă durată* (MSD) şi *memoria de lungă durată* (MLD). **Prezenţa sau absenţa intenţiei de memorare** ne delimitează *memoria voluntară* de *memoria involuntară*, iar potrivit **existenţei sau absenţei prelucrării semantice** în înţelegerea materialului memorat, distingem între *memoria logică* şi *memoria mecanică*.

Felurile memoriei după aferentaţia dominantă

Tipul de encodare a informaţiei potrivit receptorilor preponderent implicaţi evidenţiază mai multe tipuri de memorie: *vizuală, auditivă, chinestezică*, mixtă. Aceste tipuri de memorie determină diferenţieri tipologice ale indivizilor pe baza diferenţelor în organizarea şi funcţionarea schemelor de memorare. Se presupune că aceste diferenţe sunt determinate în cea mai mare parte genetic şi sunt decisive pentru eficienţa şi performanţele celorlalte tipuri de memorie (voluntară/involuntară, mecanică/logică).

Felurile memoriei după timpul de stocare

Conform modelului clasic al memoriei propus de Richard C. Atkinson şi Richard M. Shiffrin în 1968, sunt considerate trei tipuri de memorie: *memoria imediată* (senzorială) (MS), *memoria de scurtă durată* (MSD) şi *memoria de lungă durată* (MLD).

Memoria de foarte scurtă durată sau *memoria senzorială* (MS) se explică prin stocajul senzorial: timpul necesar excitaţiei provocate de stimulii exteriori pentru a ajunge la creier (între 1/25 şi 1/50 secunde, aprox. 100 milisecunde pentru stimulii vizuali, 200 milisecunde şi 2 secunde pentru cei auditivi). Există tot atâtea tipuri de MS câte tipuri de analizatori există. Nu este intenţionată, se activează automat, informaţiile sunt primare şi neprelucrate categorial. Registrul informaţional al MS conţine toate informaţiile recepţionate de simţuri pentru scurt timp (este temporală), informaţia este transferată parţial în MSD. Are rol în asigurarea continuităţii, adaptării şi coerenţei imaginii furnizate de analizatori: în absenţa „inerţiei" senzoriale lucrurile s-ar mişca în jurul nostru atunci când mergem, nu am recunoaşte obiectele care apar pentru foarte scurt timp în câmpul vizual sau nu am mai avea „iluzia cinematografică".

Memoria de scurtă durată (MSD) (identificată de mulţi cu memoria de lucru) poate fi parţial echivalată cu conştienţa, este *direct accesibilă*, este *limitată ca volum* (după cum a arătat George A. Miller, încă din 1956, pot fi reţinute 7±2 elemente (*chunk*-uri – unităţi cu sens – de informaţie vizuală sau auditivă)) este *temporară* (informaţia din MSD se uită în mai puţin de 20 secunde, fiind înlocuită de noile informaţii), acest fapt poate fi evitat prin repetiţie (reactualizarea informaţiei în mod repetat), informaţia din MSD este, de obicei, *prelucrată* (elaborată) înainte de a trece în MLD. Ea implică intenţionalitate şi atenţie (iar aceasta fiind selectivă, nu reţine decât stimulii care au semnificaţie, conştient sau nu, pentru individ). Studiile asupra MSD au arătat că există două căi (sisteme de lucru) de encodare a informaţiei, vizual şi spaţial, care se activează în funcţie de tipul de informaţie şi acţionează în emisfere cerebrale diferite (Smith *et al*., 2005).

Memoria de lungă durată (MLD) constituie un depozit informaţional nelimitat din care informaţia elaborată deja în MSD şi reţinută mai mult de 20 de secunde şi pe întreaga durată a vieţii, poate fi actualizată în orice moment în MSD pentru a fi utilizată. Informaţiile sunt preponderent semantice şi procedurale. În cadrul ei, distingem

memoria explicită (declarativă) care cuprinde cunoştinţele care pot fi intenţionat actualizate, preponderent prelucrate semantic şi care este extrem de flexibilă, dar cu o fiabilitate mai scăzută; şi *memoria implicită* (procedurală), cuprinzând cunoştinţe imposibil sau greu verbalizabile despre proceduri de execuţie, asocieri de stimuli (reflexe şi stereotipuri dinamice) sau deprinderi motorii ori cognitive. Spre deosebire de memoria explicită ea este mai rigidă, dar are o mare fiabilitate şi este diferit localizată cerebral.

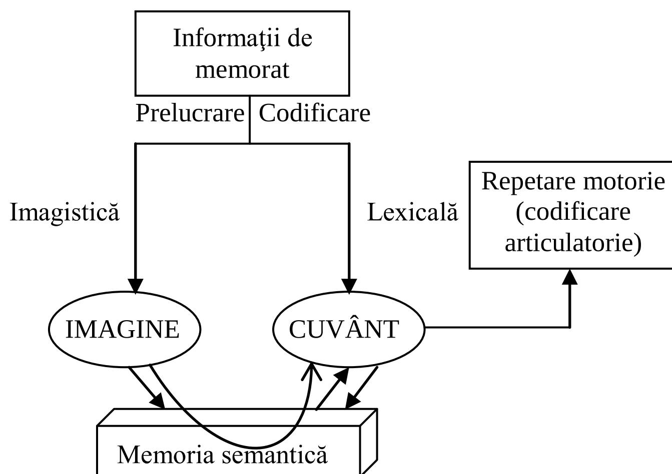
Felurile memoriei după intenţia de memorare

După criteriul intenţionalităţii de memorare distingem între *memoria voluntară* şi *memoria involuntară*. Dintre acestea *memoria involuntară* este cea mai utilizată. În cadrul acesteia nu există o intenţie clară de memorare şi, deşi se desfăşoară permanent, devenim conştienţi de ea abia ulterior, când realizăm că am reţinut detalii, amănunte şi informaţii pe care nu ne propusesem să le memorăm. Fiind un proces permanent, aceasta se realizează şi în paralel cu memoria voluntară, reţinând din elementele omise de aceasta. Acest lucru indică faptul că există două niveluri de activare a memoriei: activarea specifică, focalizată pe sarcina de memorat şi cea nespecifică, difuză. Acurateţea, volumul şi durata păstrării informaţiilor în cadrul memoriei involuntare depind de: *nivelul de implicare* al subiectului în activitatea respectivă, *durata* acesteia şi *gradul ei de semnificaţie* (Smirnov şi Zinchenko, 1969), la care se adaugă *sensibilitatea preferenţială* (Golu, 2000) – în raport cu tipologia materialului utilizat – imagistic-figurativ, verbal-simbolic, codificat vizual, auditiv sau tactil.

Memoria voluntară se caracterizează prin existenţa intenţiei, a scopului memorării şi depinde de:

- *natura materialului* de memorat: modalitatea – obiectual-figurativ, simbolic, semantic sau comportamental (motor). Performanţele de memorare diferă dacă avem de-a face cu cuvinte concrete, cuvinte abstracte sau imagini (imaginile se reţin mult mai uşor decât cuvintele). Contrar credinţei comune, detaliile şi culoarea nu îmbunătăţesc memorarea, în schimb, denumirea implicită sau explicită a imaginilor este fundamentală. Pe de altă parte, experimentele au arătat că desenul însoţit de denumirea acestuia cu voce tare nu duce la îmbunătăţirea memorării faţă de prezentarea numai a desenului, dar ambele sunt superioare memorării cuvintelor. Acest fapt indică existenţa

a două mecanisme distincte de memorare pentru materialul abstract şi cel concret (imagini, obiecte). În această situaţie, Allan Paivio (1979) formulează **teoria dublei codări** (*dual-coding hypothesis*) care explică uşurinţa reamintirii imaginilor prin aceea că imaginea este stocată în ambele forme verbal/non-verbal (*redundanţa codării*) şi astfel, cu cât itemul de reamintit este mai concret, cu atât el este mai uşor evocat. La aceasta se adaugă şi alte caracteristici ale materialului de memorat (precum *lungimea* – dacă volumul materialului de memorat creşte în progresie aritmetică, timpul de învăţare în proporţie geometrică; *gradul de organizare* etc.)



Mecanismul dublei codificări (adaptare după Lieury, 1996)

- *motivaţia subiectului* – ce sens are memorarea respectivului material, pentru cel care îl învaţă;

- *cunoaşterea rezultatelor memorării* – pentru eficientizarea memorărilor ulterioare;

- *intenţia de memorare* şi *perioada propusă pentru a ţine minte*. (Dacă unei grupe de subiecţi i se spune că vor trebui să reproducă materialul memorat a doua zi, iar alteia că abia peste zece zile, şi ambele grupe trebuie să reproducă materialul după două săptămâni, cei din prima grupă nu îşi vor aminti mai nimic, pe când ceilalţi îl vor putea reproduce în proporţie de peste 50%);

- *înţelegerea materialului memorat* – prelucrarea sa în cadrul memoriei semantice, un material cu înţeles se memorează mult mai repede şi se ţine minte mult mai mult timp. (Când li se cere subiecţilor

să memoreze imagini extrem de variate aceştia vor reproduce mai puţine figuri decât celor care li se cere doar să le clasifice cât mai logic, fără să li se ceară să le memoreze), un şir de cuvinte fără sens se uită în proporţie de 40% în mai puţin de o oră, pe când un text coerent se uită în aceeaşi proporţie abia într-o lună).

- *numărul de repetiţii* (sunt necesare mai puţine repetiţii cu intervale relativ mai mari decât fără pauză sau la intervale mici);

- *fenomenul de interacţiune* între cunoştinţe care, atunci când este *pozitivă* – uşurează memorarea (cunoaşterea unei limbi străine favorizează învăţarea alteia, abilităţile dintr-o disciplină sportivă ajută la dobândirea altora), se numeşte *transfer*, iar atunci când este *negativă* – stânjeneşte dobândirea de noi deprinderi şi cunoştinţe, se numeşte *interferenţă*. Aceasta poate fi *proactivă* (vechile deprinderi îngreunează dobândirea altora noi) sau *retroactivă* (noile cunoştinţe inhibă reactualizarea unora mai vechi);

- *reactualizarea materialului este favorizată sau inhibată de starea afectivă.*

Felurile memoriei după deprinderea de memorare

În funcţie de existenţa unei deprinderi de memorare în înţelegerea materialului distingem între *memoria mecanică*, forma pură a memoriei, fără aportul altor mecanisme ale gândirii şi care reprezintă fixarea, păstrarea şi reproducerea rigidă, în ordinea originală a elementelor memorate; şi *memoria logică* care implică operaţii adiţionale de organizare a materialului (analiză, sinteză, comparare, asociere semantică între elementele de memorat). Cum fixarea trainică nu se face prin juxtapunere (alăturarea informaţiilor), ci prin integrare (realizarea de conexiuni semantice între cunoştinţele de memorat şi materialul preexistent) memoria logică se dovedeşte, datorită acestor operaţii, a fi mult mai eficientă decât cea mecanică. Studiile indică faptul că cea mai eficientă este *memorarea voluntară şi logică* urmată apoi, în ordinea eficienţei, de cea *involuntară şi logică*, cea *voluntară şi mecanică* şi, la urmă, de cea *involuntară şi mecanică*.

Caracteristicile memoriei

Memoria joacă un rol fundamental în cadrul sistemului personalităţii, fiind un proces fundamental prin care omul nu doar

cunoaşte lumea şi menţine relaţii adaptative cu aceasta, dar prin operaţiile sale fundamentale de întipărire, păstrare şi reactualizare a experienţei anterioare (memoria autobiografică) defineşte ceea ce individul este. Din această perspectivă, devin evidente cinci caracteristici fundamentale ale memoriei (Cury, 2005), şi anume:

- *Înregistrarea în memorie este involuntară şi continuă*. Fiecare gând, idee, reacţie nervoasă, stare de anxietate, nesiguranţă este înregistrat în memorie compunând firul identităţii noastre. De aceea, este extrem de important să avem grijă ce gândim, ce simţim, fiindcă personalitatea se schimbă potrivit memoriei noastre despre ea (potrivit *memoriei autobiografice*) şi calităţii informaţiilor şi experienţelor înregistrate.

- *Calitatea memorării este determinată de emoţie*. Memorăm conştient doar experienţele semnificativ încărcate afectiv, dar nu excesiv (cele legate de emoţii negative sunt chiar blocate accesului conştient deoarece pot implica refulări [*memoria post-traumatică*]). Pierderile, laudele, ambiţiile, frustrările, temerile sunt adezivul care conduce la fixarea experienţelor ce le însoţesc.

- *Memoria nu poate fi ştearsă*. Singurul lucru care se poate face este reorganizarea amintirilor negative, reeditarea şi rescrierea memoriei prin noi experienţe care să înlocuiască rămăşiţele mnezice indezirabile.

- *Accesul la materialul memorat este influenţat de emoţii*. Memoria poate fi favorizată sau îngreunată de starea psihică pozitivă (acalmie) sau negativă (nelinişte, teamă, stres) a persoanei.

- *Nu există amintiri pure*. Există doar reconstrucţii mai mult sau mai puţin fidele ale experienţelor trecute.

Rezumat

În acest capitol sunt prezentate etapele memoriei (encodarea, stocarea şi reactualizarea), formele memoriei după aferentaţia dominantă (memorie vizuală, auditivă, motorie, mixtă), după factorul timp (memoria imediată, memoria de scurtă durată şi memoria de lungă durată), după prezenţa sau absenţa intenţiei de memorare (memoria voluntară şi memoria involuntară; şi după existenţa sau absenţa prelucrării semantice (memoria logică şi cea mecanică). De asemenea, sunt trecute în revistă caracteristicile memoriei, mecanismele de memorare şi factorii care influenţează procesul de memorare.

Cuvinte cheie

amintiri de tip flash, *amnezie*, *cod (fonologic*, *semantic*, *vizual)*, *engramă*, *imagini mentale*, *interferenţe*, *memorie (de lucru*, *senzorială*, *de scurtă durată (MSD)*, *de lungă durată (MLD)*, *explicită*, *implicită*, *voluntară*, *involuntară*, *logică*, *mecanică*, *semantică*, *episodică*, *autobiografică)*, *proces constructiv*, *repetiţie*, *volumul memoriei*.

Întrebări recapitulative

Care sunt mecanismele memoriei?

Care sunt principalele criterii de clasificare a tipurilor de memorie?

Care sunt felurile de memorie după aferentaţia dominantă?

Care sunt caracteristicile tipurilor de memorie după timpul de stocare?

Care sunt caracteristicile memoriei voluntare?

Care sunt felurile de memorie după deprinderea de memorare?

Care sunt caracteristicile generale ale memoriei?

Capitolul VII Limbajul

Limba şi limbajul

Limbajul este o realitate universală a fiinţelor dotate cu conştiinţă. Fiindcă nu ne putem imagina societăţi lipsite de limbă, ni se pare că aceasta este o realitate, o achiziţie de la sine înţeleasă. Deşi oamenii se diferenţiază foarte mult în ceea ce priveşte capacitatea de a citi, de a rezolva probleme de matematică sau compune lucrări literare, nimeni nu prezintă dificultăţi majore în însuşirea şi operarea cu sisteme lingvistice extrem de complexe precum limbile, spre deosebire de sistemele inteligente artificiale, cărora le vine greu să interpreteze vorbirea şi să înţeleagă mesajele comunicate.

Limbajul este o noţiune generală care se referă la „orice sistem sau ansamblu de semne, care permite exprimarea sau comunicarea; în sens strict, reprezintă o instituţie universală şi specifică umanităţii, care comportă caracteristici proprii", pe când limba, în sens comun, reprezintă „un produs social particular al facultăţii limbajului, ansamblu de convenţii necesare comunicării, schimbului de informaţii, adoptate în mod mai mult sau mai puţin convenţional, de către vorbitorii unei societăţi, pentru exercitarea acestei funcţii prin vorbire" (Tran şi Stănciugelu, 2003). Există şi opinii opuse, care susţin că, cel puţin sub aspect instrumental-funcţional, limbajul ar fi o submulţime în cadrul mulţimii de bază care este limba (Golu, 2000). Limbile, ca şi limbajele, pot fi naturale (apărute în cadrul procesului de dezvoltare a comunităţilor umane) sau artificiale (elaborate pentru a sluji unor scopuri specifice precum cele ştiinţifice.

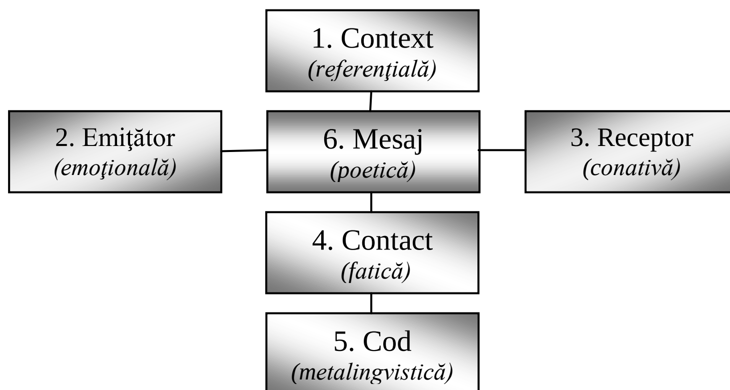
În ceea ce priveşte psihologia, aceasta este interesată de limbă ca *limbaj articulat natural*. Acesta din urmă presupune trei niveluri: al *sunetelor* folosite în vorbire, al *cuvintelor* şi al unităţilor *propoziţionale*. La primul nivel întâlnim *fonemele* (categorii distincte de sunete) specifice fiecărei limbi, care se pot combina potrivit anumitor reguli fonetice formând cuvintele. Acestea din urmă mai sunt numite şi *morfeme* (unităţi lingvistice cu semnificaţie) şi exprimă fie un conţinut specific (delimitat morfologic), fie ajută la formarea unor propoziţii corecte din punct de vedere gramatical, precum articolele şi prepoziţiile (morfeme gramaticale). Cazurile de leziuni cerebrale precum şi

numeroase studii arată că maniera de procesare şi însuşire a celor două tipuri de morfeme este diferită.

Propoziţiile sunt unităţi cu sens formate potrivit unor reguli sintactice care vizează locul şi funcţia pe care le au cuvintele în propoziţie. Printre cele mai importante se numără relaţionarea dintre subiect, explicit sau implicit, (agentul, cel despre care se vorbeşte) şi predicat (acţiunea suferită sau efectuată de agent), acordarea subiectului cu predicatul; relaţionarea, în cadrul propoziţiilor dezvoltate, a atributelor cu subiectul şi complementelor cu predicatul; regulile de transformare a propoziţiilor pozitive în propoziţii negative sau interogative şi a diatezei active în diateză pasivă.

Funcţiile limbajului

Potrivit utilizărilor care i se pot da limbajul prezintă mai multe funcţii. Potrivit modelului teoretic al actelor de comunicare verbale al lui Roman Jakobson există şase factori principali de care se leagă câte una din funcţiile sale.



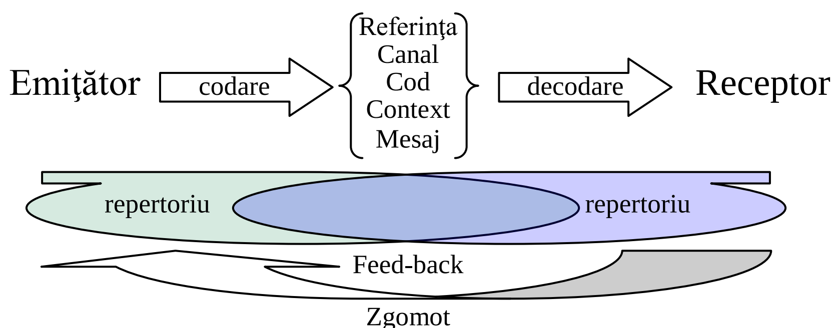
Modelul teoretic al actelor de comunicare verbale după R. Jakobson

Pe scurt, cele şase funcţii pot fi descrise astfel: (1) *funcţia referenţială* („denotativă” sau „cognitivă”, reprezentativă, informativă) este orientată către context (funcţia dominantă a limbajului) «Apa fierbe la 100 de grade»); (2) *funcţia emoţională* („expresivă”) este orientată către emiţător exprimând atitudinea acestuia faţă de ceea ce spune (precum în interjecţii «Ptiu!» sau «Oau!»); (3) *funcţia conativă* (apelativă, imperativă sau directivă) este orientată către receptor

(vocativele, imperativele şi apostrofele); (4) *funcţia fatică* (relaţională sau de contact) serveşte la stabilirea, prelungirea sau întreruperea comunicării [a atrage atenţia sau pentru a confirma dacă mai există contactul] (precum în „Alo, mă auzi?”); (5) *funcţia metalingvistică* (de glosare, sau metasemiotică deoarece se poate extinde şi la alte acte semiotice precum imaginile) este folosită pentru a stabili acordul reciproc asupra codului (o definiţie, de exemplu); (6) *funcţia poetică* (estetică sau retorică) reprezintă „fixarea (*Einstellung*) pe mesajul ca atare, centrarea pe mesaj pentru el însuşi.” (e.g. „Ştrumf”) (Jakobson, 1960)

Pentru înţelegerea funcţiilor limbajului în cadrul personalităţii umane mai semnificativă este clasificarea făcută de psihologul francez André Ombredane, care enumeră pe lângă funcţia primă de comunicare, funcţiile afectivă, ludică (cu forma sa cathartică), practică, de reprezentare şi dialectică.

Funcţia de comunicare a limbajului a fost de multe ori considerată unica sa dimensiune. Fiind modalitatea principală de comunicare a gândurilor, el este universal (orice societate are un limbaj pe care membrii săi îl învaţă de la naştere). Folosirea limbajului presupune două aspecte: producerea/transpunerea gândurilor în propoziţii care sunt verbalizate şi auzirea/înţelegerea sunetelor ce marchează unităţile lexicale (formarea cuvintelor) din îmbinarea cărora se formează unităţi propoziţionale din care se extrage sensul. După cum arăta lingvistul Noam Chomsky, limbajul face legătura între gânduri şi vorbire prin intermediul cuvintelor şi propoziţiilor. Comunicarea vizează patru elemente principale: *emiţătorul*, *codul*, *mesajul* şi receptorul, la care se adaugă *contextul* şi *canalul* (iar unii autori mai menţionează şi *contactul*). Orice proces de comunicare implică existenţa a cel puţin *doi parteneri* (un emiţător şi un receptor) aflaţi într-o relaţie mediată şi *existenţa unui canal* de transmitere a *mesajului*, care au capacitatea (competenţa) de a *emite* (codifica) şi *recepta* (decodifica) semnale într-un anumit *cod*, în cadrul unui *mediu de comunicare* care este influenţat de *barierele de comunicare* (care pot fi: de limbaj, de mediu, de concepţie sau de poziţia celor doi) care *generează un efect* şi *presupune anumite reguli etice*. Este fundamentală existenţa unui obiect la care se referă mesajul (*referinţa*), a *unui context* în care mesajul devine inteligibil, a unui *feed-back* (răspuns) din partea receptorului.



Structura procesului de comunicare

Comunicarea poate fi *non-verbală* (când mesajul este sub formă figurativă sau motorie) sau *verbală*, când mesajele sunt transmise sub formă articulată. Limbajul non-verbal este cel ce utilizează alte forme de exprimare ale mesajului decât cuvintele precum gesturile sau mimica; în cadrul limbajului nonverbal se distinge forma sa vocală, limbajul paraverbal (tonalitate, inflexiune, ritm, pauze, ticuri, modalitate de accentuare a cuvintelor) extrem de importante pentru comunicarea atitudinilor, sentimentelor, intenţiilor ce însoţesc mesajul verbal explicit. De reţinut este faptul că, în cadrul comunicării cotidiene faţă-în-faţă, ponderea cea mai mare, peste 55%, o deţine limbajul nonverbal (mai subtil, complex şi mai puţin conştientizat decât cel verbal), urmat de cel paraverbal (38%) şi verbal (7%).

Funcţia afectivă, cea mai veche (exprimată, în special, prin limbajul non-verbal) se referă la integrarea limbajului în cadrul sferei emoţionale, la exprimarea voluntară sau involuntară a atitudinilor şi stărilor emoţionale ale subiectului.

Funcţia ludică vizează utilizarea limbajului ca formă de relaxare şi satisfacţie. Însăţi achiziţia limbajului de către copii se face în special ca joc, apoi avem cuvintele încrucişate, jocurile de cuvinte, sporovăiala, glumele etc. Aspectul cathartic se referă la faptul că, prin intermediul limbajului, tensiunile interioare impuse de reglementarea conduitei în societăţile civilizate pot fi reduse (semnificaţia confesiunii religioase, a curei psihanalitice, a înjurăturii, bârfei etc.).

Funcţia practică (reglatorie) indică faptul că limbajul este cea mai performantă unealtă descoperită de om. Prin intermediul limbajului acţionăm asupra celorlalţi (limbajul are un caracter persuasiv), ne coordonăm eforturile cu ale celorlalţi şi ne reglăm propriile acţiuni.

Funcţia de reprezentare (simbolică) se referă la capacitatea limbajului de a indica şi a face prezente obiecte şi situaţii care nu sunt aici.

Funcţia dialectică (sau discursivă) este cea care se formează mai târziu în cadrul dezvoltării individuale şi vizează pe de o parte, utilizarea formală a limbajului prin combinarea şi descompunerea ansamblurilor simbolice abstracte pentru însuşirea şi înţelegerea cunoaşterii conceptuale abstracte (matematice, ştiinţifice etc.), iar pe de alta capacitatea de a discuta în contradictoriu în scopul elucidării semnificaţiilor ideilor exprimate de interlocutori, a accepţiunilor pe care aceştia le au asupra cuvintelor, obiectelor şi fenomenelor. Limbajul interior, gândirea abstractă, implică pre-existenţa unor controverse exterioare, reale care să dezvolte capacitatea de schimbare a perspectivei.

Deşi anumite caracteristici ale limbajului au fost observate şi la primatele care au învăţat Ameslan (limbajul american al semnelor) precum *emiterea de enunţuri noi*, *transmiterea culturală* – trecerea limbajului de la o generaţie la alta, *substituirea* – capacitatea de a se referi la obiecte şi situaţii ce nu sunt prezente, *subterfugiul* – capacitatea de a spune minciuni sau de a vorbi despre lucruri imposibile şi *reflexivitatea* – capacitatea de a vorbi despre limbaj, studiile nu permit încă afirmarea unei identităţi între limbajul uman şi cel animal, cel din urmă putând fi mai apropiat de producerea de răspunsuri prin condiţionarea operantă, decât un veritabil limbaj (Hayes şi Orrell, 1997). Animalele pot învăţa să reacţioneze la simbolurile create de om, dar nu-şi pot crea propriile simboluri, animalele au capacitatea de a produce şi utiliza unelte, dar nu şi a le da o folosire atât de largă şi diferită calitativ precum oamenii, ale căror unelte „omeneşti" poartă ele însele adesea profunde înţelesuri simbolice.

Relaţia gândire – limbaj

În această problemă s-au confruntat mai multe poziţii. Prima dintre ele, cea avansată de behaviorişti, susţine că *gândirea nu este altceva decât limbaj* (John Broadus Watson) şi se bazează pe observaţia că, atunci când gândim, mişcăm imperceptibil corzile vocale ca şi cum am vorbi (ipoteză falsificată experimental) şi prezentă în formă modificată la Ludwig Wittgenstein – gândirea este pur lingvistică.

Ipoteza relativităţii lingvistice, emisă de antropologii Edward Sapir şi Benjamin Whorf, postulează existenţa unei *corespondenţe* între

categoriile gramaticale ale limbii şi ceea ce persoana poate înţelege şi modul în care se comportă. Limba influenţează modul în care gândim şi ne comportăm, dar fără ca cele două entităţi să coincidă.

Deşi studiile au infirmat forma *tare* a acestei ipoteze (în care putem gândi şi distinge doar acele fenomene pentru care avem concepte disponibile), forma ei slabă, i.e. capacitatea de observare, interpretare şi înţelegere a lumii este influenţată de bogăţia lingvistică a limbii vorbite, pare a avea suport empiric.

O a treia poziţie a fost cea promovată de psihologul Jean Piaget, potrivit căreia *limbajul este în fapt gândire,* limbajul (gândirea exterioară) fiind dezvoltat de copil din necesitatea utilizării şi comunicării a ceea ce gândeşte. Cu alte cuvinte, el îşi dezvoltă limbajul fiindcă este un instrument extrem de util gândirii (văzută ca şi capacitate de rezolvare de probleme). În contra poziţiei lui Piaget s-a situat psihologul rus Lev Semenovich Vâgotski care susţine ipoteza *originii sociale a limbajului*, faptul că acesta se dezvoltă ca urmare a interacţiunilor sociale ale copilului. Deşi acceptă posibilitatea limbajului ca instrument al gândirii, având rol în reglarea comportamentului şi organizarea cognitivă, el susţine preeminenţa celei de a doua modalităţi de utilizare a sa subsumată funcţiei sale sociale de comunicare.

Studiile au dovedit că deşi utilizarea noţiunilor gândirii nu impune reprezentarea lor necesară, iar gândirea abstractă se poate desfăşura şi în absenţa imaginii, totuşi prezenţa limbajului pare indispensabilă dezvoltării operaţiilor gândirii semantice. În acelaşi timp, cuvântul joacă un rol extrem de important în geneza gândirii dezvoltate, ajutând la fixarea semnificaţiilor, precum şi la raţionalizarea şi socializarea acesteia.

Rezumat

În acest capitol este prezentat limbajul ca proces psihologic prin raportare la limbă, sunt descrise caracteristicile limbajului, funcţiile sale principale (de comunicare, afectivă, practică, de reprezentare şi dialectică), precum şi rolul său în cadrul procesului de comunicare. În final este prezentată dezbaterea asupra relaţiei extrem de complicate dintre gândire şi limbaj.

Cuvinte cheie

bariere de comunicare, categorizare, comunicare (verbală, non-verbală, para-verbală), concept, emiţător, euristică, fonem, receptor, morfem (gramatical), prototip, funcţie afectivă, f. cathartică, f. conativă, f. de comunicare, f. dialectică, f. emoţională, f. fatică, f. ludică, f. metalingvistică, f. poetică, f. practică, f. referenţială, f. de reprezentare, limbaj artificial, limbaj natural, sens, sintaxă, subiect propoziţional, unităţi propoziţionale.

Întrebări recapitulative

Care sunt deosebirile dintre limbă şi limbaj?

Care este structura limbajului articulat natural?

Care este modelul comunicării verbale?

Care sunt caracteristicile funcţiilor limbajului după Jakobson?

Care sunt caracteristicile funcţiilor limbajului după A. Ombredane?

Care sunt principalele poziţii în privinţa relaţiei dintre gândire şi limbaj?

Capitolul VIII Gândirea

Psihologia modernă a depăşit poziţia limitată a înţelegerii empiriste a gândirii ca „proces de reflectare generalizată mediată a realităţii” sau „reprezentare internă a evenimentelor” (Charles Osgood). Aceasta deoarece şi reprezentările/imaginile pot fi reflectări generalizate, iar în plus, gândirea nu este nicicum un proces pasiv, ci implică activarea întregului psihism, inclusiv a voinţei. Putem defini gândirea ca *o succesiune de operaţii care duc la determinarea unor aspecte şi relaţii esenţiale ale realităţii şi rezolvarea de probleme prin intermediul conceptelor, judecăţilor şi al raţionamentelor*. Contrar opiniei de sorginte empiristă comune, gândirea se produce în virtutea regulilor logice de utilizare a conceptelor şi nu potrivit legilor asociaţiei. Operaţiile generale ale gândirii sunt: *comparaţia* – alăturarea mentală a obiectelor şi fenomenelor în scopul determinării asemănărilor şi deosebirilor dintre ele, *analiza* – separarea mentală a elementelor unui obiect sau ansamblu de obiecte şi fenomene sau trăsături ale lor, *sinteza* – reunirea unor obiecte, fenomene sau însuşiri ale lor, *abstractizarea* – izolarea mentală a unor aspecte, trăsături sau relaţii considerate esenţiale pentru anumite obiecte şi fenomene şi *generalizarea* – procesul de extindere a unor trăsături sau relaţii valabile pentru anumite obiecte şi fenomene particulare la clase mai largi.

Originile gândirii

Părintele psihanalizei, Sigmund Freud considera că procesul de dezvoltare a gândirii se originează în necesitatea găsirii de mijloace pentru satisfacerea nevoilor de bază. Robert Sternberg definea inteligenţa ca „activitatea mentală orientată către adaptarea intenţionată, prin selecţia şi re-modelarea mediilor din realitatea înconjurătoare relevante pentru viaţa individului” (Sternberg, 1985, p. 45). Pentru John Dewey, gândirea se naşte în momentul sesizării unei discrepanţe între aşteptările şi speranţele noastre despre ceea ce trebuie să se întâmple şi ceea ce se întâmplă de fapt. Adaptarea fiinţelor vii la mediu este, în general, guvernată de instincte, reflexe şi deprinderi cvasi-automate. *Teoria perturbării actului reflex* susţine că atunci când reflexele adaptative anterioare nu mai sunt suficiente pentru succesul acţiunilor, atunci intervine gândirea. Celebrul psiholog elveţian Jean Piaget susţinea o teză apropiată potrivit căreia gândirea este rezultatul

procesului de adaptare la mediul înconjurător. Complexele senzoriale şi perceptive precum şi comportamentele de atingere a scopurilor sunt internalizate sub formă de scheme mentale, care se dezvoltă şi complexifică continuu prin *asimilare* (integrarea noilor conţinuturi senzoriale în cadrul schemelor preexistente) sau *acomodare* (adaptarea, transformarea vechilor scheme pentru a putea integra informaţia nouă). Ceea ce se numeşte gândire, de cele mai multe ori, corespunde la ceea ce psihologii numesc *gândire direcţionată* (dirijată): gândirea orientată către atingerea unor scopuri (i.e. rezolvarea de probleme).

Dezvoltarea gândirii la copil

După Jean Piaget, copiii nu vin preechipaţi pentru a gândi, ci îşi formează, prin interacţiunea cu mediul, anumite scheme de integrare a informaţiilor. *Oamenii*, spunea epistemologul Ferdinand Gonseth, *înainte de a fi constructori de sisteme, sunt constructori de cetăţi*. Plecând de la efectuarea acţiunilor reale, concrete, de manipulare a obiectelor, copilul ajunge să-şi formeze, prin interiorizare, operaţiile specifice gândirii. Prin acţiune, prin manipularea obiectelor copiii îşi formează treptat scheme din ce în ce mai complexe de asimilare a informaţiilor, moduri de raţionare, concepte şi categorii de clasificare şi ordonare, mai întâi a materialului senzorial şi ulterior a celui abstract. În contact cu un obiect, fenomen sau proces nou copilul încearcă mai întâi să îl *asimileze* în termenii unei scheme preexistente. Dacă încercarea eşuează, atunci el va începe să *acomodeze* schema astfel încât să poată integra coerent noul material. Piaget considera că pot fi delimitate, în cadrul dezvoltării inteligenţei la copil, patru stadii distincte care, deşi nu sunt parcurse în acelaşi timp, fiecare le parcurge cu necesitate. Aceste stadii sunt: *senzorio-motor*, *preoperaţional*, al *operaţiilor concrete* şi cel al *operaţiilor formale*.

Stadiul senzoriomotor (de la naştere la 2 ani). În această perioadă sistemul cognitiv al copilului este limitat la reflexele motorii, plecând de la care, prin interacţiunile fizice şi experienţele de manipulare a obiectelor, el ajunge să-şi formeze treptat o imagine despre sine ca deosebit de lumea exterioară. Copilul descoperă relaţiile dintre sine şi mediul înconjurător. Cea mai importantă achiziţie o constituie *principiul permanenţei*: faptul că obiectele continuă să existe chiar dacă nu le mai percepem (copilul de 8 luni va înceta să mai caute jucăria care a fost ascunsă, pe când la 10 luni o va căuta chiar dacă a fost ascunsă după o

pânză, deşi căutarea este extrem de stereotipă, el o va căuta în locul în care a găsit-o de cele mai multe ori şi nu în ultimul loc în care a fost văzută/ascunsă). Ei imită mişcări şi sunete şi încep să-şi dezvolte abilităţile de a comunica.

Stadiul preoperaţional (de la 2 la 6-7 ani). Începând cu vârsta de doi ani copiii încep să folosească imageria mentală şi limbajul, să înţeleagă că un cuvânt sau obiect poate reprezenta un alt obiect sau grup de obiecte, adică încep să folosească simbolurile sau să clasifice obiectele după o singură trăsătură. Stadiul este preoperaţional, deoarece copilul nu are capacitatea de a înţelege regulile sau operaţiile (rutină de separare, transformare şi combinare mentală logică a informaţiilor). El nu şi-a însuşit conceptele de conservare (cantitatea de substanţă rămâne aceeaşi chiar dacă aceasta îşi schimbă forma), reversibilitate etc., este extrem de egocentrist, neputând să imagineze poziţii alternative, fapt care determină o rigiditate extrem de puternică a gândirii preoperaţionale.

Stadiul operaţiilor concrete (de la 7 la 11-12 ani). Folosirea termenilor abstracţi se face numai în legătură cu obiectele concrete. Copilul poate gândi logic despre obiecte şi fenomene, începe să-şi dea seama de punctul de vedere al altei persoane. Poate *clasifica* obiectele după mai multe trăsături sau să le *ordoneze* după o dimensiune, înţelege *reversibilitatea* şi 7 tipuri de *conservări:* conservarea numărului (6 ani), a lichidului, a lungimii, a masei (7 ani), greutăţii (9 ani), ariei şi volumului.

Stadiul	Vârsta (ani)	Caracteristici
Senzorio-motor	< 2	Non-verbal, pre-simbolic, bazat pe acţiuni reflexe, joc, imitaţie
Preoperaţional	2 până la 6-7	Dezvoltarea limbajului, egocentrism, clasificare după o singură dimensiune, ireversibilitatea operaţiilor, raţionamente perceptive
Operaţiilor concrete	6-7 până la 11-12	Gândire logică legată de obiecte concrete, reversibilitate, ordonare, clasificare, conservare
Operaţiilor formale	După 11-12	Raţionează ipotetic, raţionament teoretic, combinatoriu, proporţional, probabilistic şi corelaţional

Stadiile dezvoltării cognitive după Jean Piaget

Stadiul operaţiilor formale (de la 11, 12 ani). În acest stadiu copilul este în stare să gândească în termeni pur simbolici, să raţioneze abstract şi să înţeleagă forma şi structura problemelor matematice etc. Formulează ipoteze şi le poate testa sistematic, poate raţiona ipotetic sau împotriva faptelor, devine preocupat de viitor şi interesat în probleme ideologice.

Psihologul elveţian considera că cele patru stadii: sunt *universale*, adică nu depind de cultură; reprezintă *întreguri organizate logic*; deşi ele pot varia ca durată individuală succesiunea lor rămâne aceeaşi şi are *o natură ierarhică*, i.e. fiecare stadiu superior conţine elemente din stadiul anterior, dar este mai diferenţiat şi integrat; nu reprezintă simple diferenţe cantitative între ele, ci *diferenţe* în modul de gândire, sunt *calitative*, sunt *generalizabile*, adică operaţiile logice şi de reprezentare se pot extinde la toate tipurile de conţinuturi de cunoaştere.

Limitări ale teoriei epistemologiei genetice

Teoria epistemologiei genetice propusă de Piaget, care a suscitat şi încă mai suscită vii discuţii, trebuie privită totuşi cu unele rezerve. În primul rând, în multe sarcini în care această teorie presupune inexistenţa unor anumite abilităţi cognitive, poate fi vorba de simpla lipsă a unor cunoştinţe concrete în acel domeniu sau al nematurizării altor capacităţi precum memoria sau atenţia, ambele având nevoie de exerciţiu şi timp pentru a se forma, la fel cum stadiul operaţiilor concrete poate fi puternic influenţat de mediul social şi şcoală. De asemenea, dezvoltarea aptitudinilor cognitive poate fi continuă sau diversele stadii pot fi identificate doar în arii mai restrânse ale competenţelor cognitive precum aptitudinile lingvistice, înţelegerea matematică, raţionamentul social, arii de competenţă care implică ritmuri şi niveluri de dezvoltare individuale diferite. De asemenea, teoria piagetiană nu ia suficient în considerare influenţele socio-culturale. Cultura este cea care determină existenţa, frecvenţa, modul de raportare la realitate şi la ceilalţi şi tot ea atribuie roluri specifice copilului în cadrul diverselor tipuri de activităţi specifice (Cole şi Cole, 2001). Aceasta pentru a nu mai vorbi de influenţele culturale asupra limbajului care este o componentă fundamentală a dezvoltării cognitive. Astfel, egocentrismul identificat de Piaget poate fi doar o componentă a dezvoltării cognitive, funcţia expresivă a limbajului, o etapă în care copiii au nevoie să vorbească cu ei înşişi pentru a se putea orienta şi conduce, ei nefiind în stare să o facă

încă prin intermediul discursului operaţional (internalizat), cum o arată perspectiva cercetătorului rus Lev Vâgotski.

Tipuri de inteligenţă

Louis L. Thurstone (1938) consideră inteligenţa ca fiind un produs a şapte factori sau abilităţi mentale primare: fluenţa verbală, înţelegerea verbală, raţionamentul (*reasoning*), rapiditatea perceptivă, calculul numeric, memoria asociativă şi vederea spaţială. Robert Sternberg va propune trei factori primari generali care ar compune inteligenţa, *Teoria triadică a Inteligenţei*, „inteligenţele” sugerate de către Gardner considerându-le mai degrabă talente individuale: *inteligenţa analitică* – abilităţile rezolvării de probleme, *inteligenţa creativă* – abilitatea de a se descurca în situaţii noi folosind experienţa anterioară şi competenţele posedate şi *inteligenţa practică* – abilitatea de adaptare la schimbările din mediu (Sternberg, 1985).

În anii ’90, Howard Gardner (2006) va susţine că de fapt nu există un singur tip de inteligenţă, ci nu mai puţin de 8 tipuri distincte de inteligenţe specifice, fiecare individ având niveluri variate ale diferitelor inteligenţe şi, prin urmare, fiecare persoană va avea un „profil cognitiv” unic imposibil de măsurat prin testele de IQ standard, *Teoria inteligenţelor multiple*. Cele opt tipuri de inteligenţă originale sunt:

Inteligenţa corporală sau *kinestezică* – care permite controlul şi interpretarea mişcărilor corpului, manevrarea obiectelor şi realizarea coordonării, a armoniei, dintre trup şi suflet. Este specific atleților, actorilor, doctorilor şi soldaților. (Nu doar măiestria gimnastului, ci şi mişcările de fineţe ale chirurgului care realizează o operaţie pe creier sau ale pilotului care manevrează cu fineţe aparatura de bord necesită un nivel ridicat al inteligenţei corporale.)

Inteligenţa naturalistă – este uşor de sesizat la cei care învaţă şi se descurcă cel mai bine în contactul direct cu natura. Persoanelor la care acest tip de inteligenţă este ridicat le plac activităţile de genul proiectelor din ştiinţele naturii, e.g. observarea păsărilor, îngrijirea animalelor sau a plantelor, colecţionarea de roci sau construirea de insectare. De regulă acest tip de inteligenţă caracterizează cercetătorii naturii, dar şi fermierii.

Inteligenţa logică sau *matematică* este cea care se referă la capacitatea de a folosi raţionamente inductive şi deductive şi capacitatea de a utiliza gândirea logică în varii domenii de la ştiinţele naturii la

studiile sociale şi literatură, de a rezolva probleme abstracte, de a construi şi surprinde relaţii complexe între concepte, idei şi lucruri sau fenomene. Dat fiind nivelul ridicat de complexitate şi raţionamentele abstracte implicate (e.g. de a clasifica, a anticipa, a ierarhiza şi ordona după priorităţi, de a formula ipoteze ştiinţifice şi a surprinde relaţiile cauzale), aria de aplicabilitate a inteligenţei logice este extrem de largă, cuprinzând multe domenii ale cunoaşterii. Ea este caracteristică cercetătorilor şi inginerilor.

Inteligenţa verbală sau *lingvistică* vizează abilitatea de a utiliza eficient cuvintele, atât în discursul vorbit, precum în cazul oratorilor, povestitorilor, politicienilor sau moderatorilor TV), cât şi în discursul scris, precum jurnaliştii, dramaturgii, poeţii sau scriitorii. Avocaţii, jurnaliștii şi politicienii sunt dintre cei care necesită un nivel din cel mai ridicat al inteligenţei lingvistice.

Inteligenţa vizuală sau *spaţială*, a „imaginilor şi tablourilor”, vizează capacitatea de a recepta şi percepe vizual fidel lumea înconjurătoare şi de a reproduce propriile experienţe vizuale. În cazul inteligenţei spaţiale percepţiile vizuale sunt combinate cu celelalte cunoştinţe avute, cu experienţa şi cu trăirile emoţionale, ducând la crearea sau îmbunătăţirea obiectelor exterioare cu o nouă viziune rezultată din transferul şi exprimarea acestor imagini mentale. Este caracteristică artiştilor (pictori, sculptori, graficieni), dar şi inginerilor, proiectanţilor, arhitecților, grădinarilor sau cartografilor.

Inteligenţa muzicală sau *ritmică* relevă nivelul de sensibilitate la stimulii sonori şi capacitatea indivizilor de a reacţiona emoţional la aceştia. Ea se dezvoltă prin audiţii şi experienţă, muzicală în special, ducând la constituirea a ceea ce, în limbajul comun, se numeşte gust rafinat. Acest tip de inteligenţă este caracteristică cântăreţilor, compozitorilor, criticilor muzicali şi DJ-ilor, dar şi oratorilor care se disting prin capacitatea de a percepe, a discrimina, transforma şi/sau exprima forme muzicale/sonore.

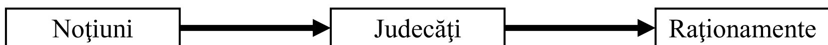
Inteligenţa interpersonală este caracteristică persoanelor care au capacitatea de a sesiza şi de a evalua rapid stările, intenţiile, motivaţiile şi sentimentele celorlalţi, fiind extrem de sensibile la aspectele comunicării paraverbale, prin descifrarea expresiei faciale, a inflexiunilor vocii şi a gesturilor. Aceasta le dezvoltă o abilitate superioară de a distinge între diferitele tipuri de relaţii interpersonale şi de a reacţiona eficient şi potrivit în funcţie de situaţiile identificate.

Acest tip de inteligenţă este extrem de utilă vânzătorilor, managerilor şi profesorilor şi cuprinde abilităţi de comunicare verbală, nonverbală şi paraverbală, capacitatea de management al conflictelor, deprinderi de colaborare şi de lucru consensual în grup precum şi capacitatea de a-i motiva pe ceilalţi, aceste persoane fiind, de obicei, încrezătoare în ele însele şi în ceilalţi, respectă şi sunt respectate şi au abilităţi de lider.

Inteligenţa intrapersonală presupune capacitatea de a ajunge la o reprezentare reală de sine în lume, de a fi conştient de calităţile şi slăbiciunile sale. Persoanele cu un nivel ridicat al inteligenţei intrapersonale au conştiinţa stărilor interioare, a propriilor intenţii, motivaţii, îşi cunosc extrem de bine temperamentul şi dorinţele, dar şi posibilităţile şi limitele. Sunt apte de un grad ridicat de autodisciplină, autoînţelegere şi autoevaluare, petrecându-şi în general timpul reflectând, meditând şi evaluând lumea şi pe sine. Ea este caracteristică psihologilor, scriitorilor, filosofilor şi teologilor pentru care nevoia ridicată de introspecţie transformă inteligenţa în ceva extrem de intim.

Elementele gândirii

Chiar dacă gândirea poate fi considerată un „limbaj al minţii", studiile au demonstrat existenţa a cel puţin două modalităţi funcţionale ale gândirii la adulţi: *gândirea propoziţională* sau *categorială* (semantică) – referitoare la propoziţiile (gândurile, ideile) pe care le „auzim" în mintea noastră şi *gândirea imagistică* a reprezentărilor/imaginilor pe care le „vedem" în mintea noastră. După cum am mai precizat, deşi utilizarea noţiunilor gândirii nu presupune cu necesitate reprezentarea acestora, iar gândirea abstractă se desfăşoară şi în absenţa imaginii, prezenţa limbajului este indispensabilă. Dacă în cadrul limbajului elementele sale de structurare corespund nivelelor fonetic, morfologic şi sintactic, în cadrul gândirii întâlnim o ierarhie a nivelurilor de prelucrare a informaţiei după *concepte, judecăţi* şi *raţionamente*.



Conceptele sau (noţiunile) reprezintă clase de obiecte şi fenomene sau seturi de proprietăţi asociate acestora. Operaţia principală prin care se formează conceptele este cea de *categorizare*. Obiectele şi fenomenele din lumea înconjurătoare sunt extrem de complexe cuprinzând numeroase trăsături particulare. Categorizarea are rolul de a

grupa diversele obiecte şi fenomene potrivit unei trăsături, scop sau relaţii esenţiale. Categorizarea unui obiect înseamnă atribuirea unui concept care să-l reprezinte, concept care reţine doar trăsăturile definitorii pentru apartenenţa la acea clasă de obiecte, e.g. „metal = element chimic cu *luciu specific*, caracterizat prin *conductibilitate* termică şi electrică, *opacitate, ductibilitate* şi *maleabilitate*.” (NODEX)

Tipurile de noţiuni

După **sfera de cuprindere** noţiunile pot fi: *vide* (sfera lor nu conţine niciun element: „cerc pătrat”) sau *nevide* (cazul contrar); *individuale* (reprezintă un singur obiect: „Bucureşti”) sau *generale* (reprezintă o clasă de obiecte: „capitală”); *colective* (se referă la o colecţie de obiecte individual colective: „armata română”, sau general colective: „armată”) sau *divizive* (formate prin selectarea obiectelor care o formează unul câte unul, pe baza proprietăţilor lor individuale: „studenţii din anul I de la specializarea Psihologie”); noţiuni *precise* (putem stabili cu uşurinţă dacă un anume obiect aparţine clasei sale sau nu: „mamă”) sau *vagi* (neprecise). În cazul acestora din urmă nu există suficiente proprietăţi definitorii: „fruct”. De aceea, de multe ori, pentru că nu le putem categoriza pe baza regulilor ne bazăm pe similitudine şi confundăm astfel tulpina plantei, când este în formă de tubercul, cu fructul.

După **conţinutul** lor, noţiunile pot fi: *absolute* (proprietăţile obiectelor sunt independente de relaţiile dintre ele: „carte”, „maşină”) sau *relative* (redau relaţii între obiecte: „frate”, „conducător”); *independente* (noţiunile nu se implică reciproc: „triunghi”) sau *dependente* (corelative, una o antrenează pe cealaltă: „absolut” - „relativ”, „cauză” - „efect”); pozitive (indică prezenţa unei proprietăţi: „verde”) sau negative (indică absenţa ei: „orb”, „nesimetric”); *concrete* (reprezentabile printr-o imagine, dar fără a se reduce la aceasta: „măr”, „copil”) sau *abstracte* (nereprezentabile, nu putem să ne reprezentăm „numărul”, „libertatea”, „fericirea”. Deşi conceptele reprezintă clase generale de obiecte, în exersarea particulară a gândirii fiecărui individ, ele sunt reprezentate de *prototipuri* – proprietăţile care reprezintă cele mai bune exemple – clasa de obiecte la care se referă conceptul respectiv (de exemplu mărul este un prototip pentru fructe, prototipul de mamă este o femeie tânără, care iubeşte copiii etc.) Atributele prototipului, deşi reprezentative, nu sunt valabile pentru toate obiectele clasei pe care o reprezintă, de aceea în judecăţile logice se face apel la

nucleul prototipului, adică acele proprietăţi esenţiale pentru apartenenţa la clasa respectivă (pentru fruct – un produs care apare şi se dezvoltă din pistilul unei flori fecundate şi care conţine seminţele, pentru mamă – femeie care are copii etc.)

Raporturile între noţiuni.

Conceptele sunt structuri de relaţii între obiecte, fenomene şi trăsături ale acestora, prin care se stabilesc echivalenţe şi relaţii pe baza trăsăturilor lor esenţiale. Aceste raporturi între noţiuni pot fi: de *concordanţă* (de identitate, ordonare sau încrucişare) sau de *opoziţie* (contrarietate, contradicţie). Avantajul utilizării conceptelor constă în posibilitatea de a formula judecăţi valabile pentru o clasă întreagă de obiecte şi fenomene şi de a face predicţii despre procese şi evenimente care nu sunt direct perceptibile.

Judecăţile (propoziţiile categorice) reprezintă afirmarea sau negarea unei relaţii logice (a unui raport) între două sau mai multe concepte. Ele pot fi: *universale* (Toţi oamenii gândesc/Niciun om nu gândeşte), *particulare* (Unii oameni sunt bogaţi/Unii oameni nu sunt bogaţi) sau *singulare* (Un singur om a păşit primul pe lună). Din punct de vedere psihologic, judecăţile implică generalizare, abstractizare, analiză şi sinteză. Convingerea este definitorie pentru calificarea unei propoziţii ca fiind o judecată, deci un act de gândire. Judecăţile sunt acte voluntare (de informare sau influenţare a unei persoane) şi sunt puternic determinate de stereotipurile de gândire, credinţele grupului de apartenenţă, gradul de educaţie şi informare a individului şi de afectivitate.

Raţionamentele. În cadrul gândirii, judecăţile sunt organizate în formă de raţionamente: succesiuni de propoziţii sub formă de inferenţe în care o aserţiune corespunde unei concluzii bazate pe aserţiunile anterioare. Raţionamentele sunt de două tipuri: *deductive* – atunci când concluzia rezultă cu necesitate din premise (silogismul) sau *inductive* – caz în care concluzia rezultă cu probabilitate din premise. În cazul raţionamentelor deductive, spre deosebire de regulile logice care vizează doar partea formală (logică) a relaţiei dintre judecăţi, modul în care evaluăm argumentele se bazează şi pe conţinutul judecăţilor. În cadrul soluţionării problemelor de deducţie folosim de multe ori şi reguli mai puţin abstracte, dar mai relevante pentru problemele de zi cu zi, imaginând reprezentări concrete ale situaţiei (modele mentale), utilizând generalizări prin inducţie sau folosind metode euristice (raţionamente

prescurtate – „scurtături mentale”, bazate de obicei pe similitudine) care duc direct la rezultat, dar nu oferă întotdeauna şi necesitatea corectitudinii, ci doar un grad relativ de probabilitate. De cele mai multe ori estimăm probabilitatea rezultatului unei situaţii pe puterea conexiunilor cauzale dintre evenimente.

De exemplu, dintre frazele:

1. *În 2008 vor fi inundaţii masive în România şi peste 1000 de persoane se vor îneca*, şi
2. *În 2008 va avea loc un cutremur puternic în România care va duce la inundaţii masive şi peste 1000 de persoane se vor îneca*,

oamenii vor avea tendinţa de a evalua incorect propoziţia 2 ca fiind mai probabilă datorită faptului că ea *exprimă o legătură cauzală puternică* (cutremur - inundaţie) (după Smith *et al.*).

Rezultatul final sau parţial al procesului de gândire îl reprezintă *înţelegerea*. Prin înţelegere noi integrăm informaţiile noi, necunoscute, în ansamblul noţiunilor şi judecăţilor, a experienţei noastre. Înţelegerea poate fi *nemijlocită,* bazată pe experimentarea repetată a anumitor deprinderi, situaţii şi evenimente sau *mijlocită*, rezultatul unui efort conştient şi intens de integrare a noilor experienţe. Înţelegerea este necesară pentru fixarea durabilă a informaţiilor şi cunoştinţelor în cadrul memoriei (semantice) de lungă durată. Aceasta se realizează, de obicei, atunci când informaţiile sunt relaţionate prin legături puternice (necesare), precum cele de cauzalitate în cadrul reţelei de cunoştinţe semantice, fapt de natură să uşureze integrarea informaţiilor ulterioare şi rezolvarea creativă de probleme.

Rezolvarea de probleme

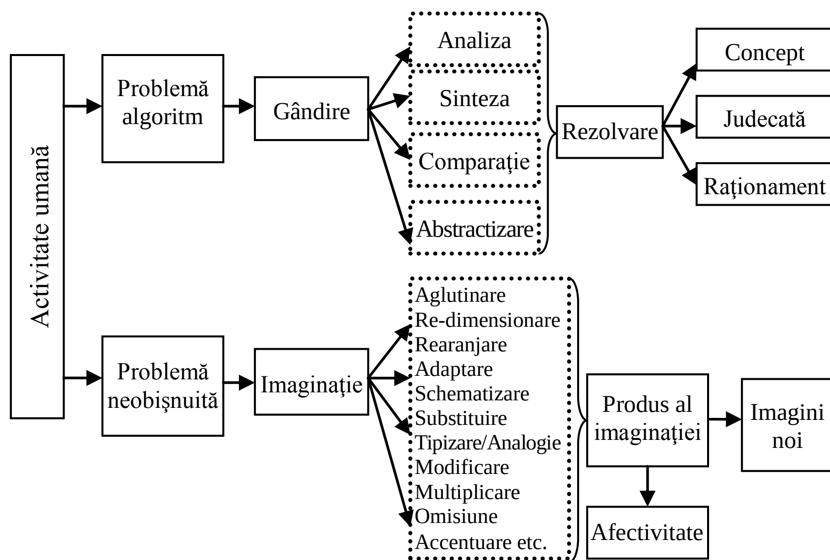
Întărind cele afirmate anterior, pentru mulţi oameni rezolvarea de probleme reprezintă gândirea însăşi. La modul cel mai general, o situaţie devine problemă atunci când nu avem la îndemână mijloacele pentru atingerea unui obiectiv. În acest caz, situaţia devine contextul pe care trebuie să îl analizăm pentru a găsi paşii, operaţiile, acţiunile şi instrumentele necesare atingerii scopului. Obiectivul însuşi este de multe ori împărţit în sub-obiective care pot fi realizate pentru că avem metode şi mijloace de a le realiza. Pentru rezolvarea unei probleme extrem de important este tipul ei. Problemele pot fi de natură *situaţional-intuitivă* (o situaţie concretă de rezolvat) sau *simbolic-abstractă* (ceea ce se înţelege, în general, prin probleme). Este extrem

de important modul în care este reprezentată mintal problema (o problemă bine pusă este pe jumătate rezolvată). De asemenea, există mai multe strategii de rezolvare a unei situaţii problemă (Anderson, 1990):

- Una din ele constă în *reducerea diferenţei* dintre starea generată de problemă şi starea obiectiv propusă, cea în care problema are soluţie. De exemplu, în cazul problemei de găsire a combinaţiei unui cifru, încercăm să determinăm care este prima cifră, apoi cea de a doua ş.a.m.d.
- Prin metoda *încercare-eroare*, noi căpătăm informaţii noi care în final, prin eliminare ne aduc în posesia informaţiilor necesare rezolvării problemei (starea obiectiv). O altă strategie similară este analiza *mijloace-scop*. În această strategie comparăm starea noastră prezentă (mijloacele avute la îndemână) cu starea obiectiv pentru a descoperi diferenţele cele mai importante în scopul eliminării lor. Eliminarea acestor diferenţe devine sub-obiectivul de atins, pas necesar în vederea rezolvării problemei.
- O a treia strategie constă în *refacerea drumului invers* de la starea obiectiv la starea situaţie. Se presupune că problema este rezolvată (ne aflăm în starea obiectiv) şi refacem mintal paşii necesari ajungerii în starea problemă.

În procesul rezolvării de probleme există trei surse din care poate fi preluată *informaţia*. Prima o constituie chiar informaţiile care formează însăşi *problema* (de multe ori soluţia unei probleme se află chiar în modul în care re-formulăm (reprezentăm). Cea de a doua sursă o constituie *ambianţa* sau *contextul* în care este pusă problema (de aici extragem, de obicei, informaţiile cu privire la căile, mijloacele disponibile de rezolvare a problemei). Iar cea de a treia o reprezintă informaţia deja existentă în *experienţa anterioară* (memoria) subiectului.

Evident că în rezolvarea de probleme intervin şi factori extra-cognitivi, ca şi în cazul imaginaţiei, care pot favoriza sau îngreuna găsirea soluţiei. Pe lângă *factorii obiectivi* (criza de timp, gradul de noutate sau complexitate a problemei, mediul fizic şi social de lucru), *factorii subiectivi*, precum nivelul tensiunii emoţionale, sub sau supra-motivaţia, oboseala, lipsa perseverenţei pot interfera negativ cu procesul rezolvării de probleme.



Imaginaţia şi gândirea

Bineînţeles că funcţia gândirii nu se rezumă la rezolvarea de probleme. Mai precis spus, restrângerea tuturor situaţiilor stimul din mediul ambiant la probleme de rezolvat nu poate da seama de varietatea şi bogăţia modurilor de operare a procesului gândirii. Pe lângă funcţia rezolvării de probleme, procesul gândirii mai are, de multe ori, rolul de *adoptare a deciziilor* (deoarece de multe ori trebuie să optăm între o metodă sau alta de atingere a obiectivelor, caz în care intervin factori greu raţionalizabili care influenţează decizia) sau cel de *teoretizare* (exprimată în necesitatea de a dezvălui şi infera relaţii şi semnificaţii generale existente la nivelul situaţiilor empirice). Teoretizarea trebuie considerată o funcţie esenţială şi necesară a gândirii, în lipsa ei putându-se vorbi doar de un intelect situaţional şi nicidecum de gândire. Datorită acestei funcţii, conduita umană nu este doar inteligentă, ci şi raţională şi reflexivă (Golu, 2000, pp. 434-435).

Rezumat

În acest capitol sunt prezentate principalele teorii asupra originii gândirii şi este descrisă teoria epistemologiei genetice asupra dezvoltării gândirii la copil odată cu limitările şi criticile care i s-au adus; sunt descrise două dintre teoriile principale asupra inteligenţelor

multiple şi este prezentat procesul de gândire văzut ca o succesiune de operaţii care duc la determinarea unor aspecte şi relaţii esenţiale ale realităţii prin intermediul conceptelor, judecăţilor şi al raţionamentelor, elementele de bază ale procesului de gândire (geneza şi rolul lor): tipurile de concepte, judecăţile şi raţionamentele. Se prezintă, de asemenea, tipurile de inferenţe cu care se operează în viaţa de zi cu zi şi mecanismele gândirii văzute ca şi capacitate de rezolvare de probleme.

Cuvinte cheie

acomodare, asimilare, concept, dezvoltare cognitivă, gândire imagistică, gândire propoziţională sau categorială, inferenţă, inteligenţă (analitică, creativă, corporală sau kinestezică, interpersonală, intrapersonală, logică sau matematică, muzicală sau ritmică, naturalistă, practică, verbală sau lingvistică, vizuală sau spaţială,), judecată, operaţie, principiul conservării, p. permanenţei, p. reversibilităţii, raţionament (inductiv, deductiv, euristic), schemă, stadiul operaţiilor concrete, s. operaţiilor formale, s. preoperaţional, s. senzorio-motoriu, teoria inteligenţelor multiple, teoria triadică a Inteligenţei.

Întrebări recapitulative

Cum se defineşte gândirea?
Care sunt principalele teorii asupra originii gândirii?
Care sunt stadiile de dezvoltare a gândirii la copii?
Care sunt limitele teoriei epistemologiei genetice?
Care sunt tipurile de inteligenţă potrivit *teoriei triadice*? Dar după *teoria inteligenţelor multiple?*
Care sunt caracteristicile elementelor gândirii?
Care sunt principalele strategii în rezolvarea de probleme?

Capitolul IX Afectivitatea

Afectivitatea reprezintă suportul energetic necesar desfăşurării proceselor cognitive. Prin intermediul afectivităţii, în cazul situaţiilor inedite are loc reactivarea, restructurarea şi redistribuirea resurselor energetice ale organismului, creşterea tensiunii (pentru centrarea pe sarcină şi soluţionarea ei) sau detensionarea. Omul nu se raportează mecanic, detaşat sau indiferent la realitate, ci obiectele, fenomenele şi evenimentele rezonează prin valoarea şi semnificaţia care li se atribuie, prin relaţia care se stabileşte între ele şi individ datorită experienţei de viaţă a acestuia. Procesele psihice care reflectă aceste relaţii între individ şi lumea reală sub formă de trăiri sau atitudini se numesc *procese afective*. Datorită totalităţii şi integralităţii aparatului psihic acestea intră în componenţa tuturor proceselor psihice. Ele constituie componenta de bază, infra-structura energetică fundamentală a activităţii psihice.

Formele stărilor afective

Potrivit complexităţii lor, putem distinge cinci tipuri de stări afective: *emoţiile primare* (stările organice şi afectele), *emoţiile propriu-zise*, *sentimentele*, *pasiunile* şi *dispoziţiile* (integrante globale).

Dispoziţiile organice însoţesc stări fiziologice specifice cum ar fi: sănătatea, boala, oboseala, stimularea sexuală etc. Ele sunt semnale ale stării interne a corpului şi, în acelaşi timp, generatoare de comportamente compensatorii. De exemplu, bolile cardio-vasculare induc stări de anxietate, TBC-ul induce euforie şi excitabilitate, bolile gastrointestinale stări ipohondrice etc. Tot în cadrul emoţiilor primare se includ şi aşa-numitele *stări afective elementare*, precum durerea şi plăcerea senzorială, agreabilul şi dezagreabilul care sunt reacţii afective globale de slabă intensitate produse de percepţii.

Afectele sunt determinate de descărcări energetice puternice şi de scurtă durată, de natură instinctuală, cel mai adesea inconştiente, care conduc persoana la manifestarea unor comportamente excesive extrem de dăunătoare vieţii în societate. În anumite situaţii „excepţionale” putem cădea sub imperiul unor pulsiuni agresive, distructive, rod al înzestrării noastre genetice.

<u>*Emoţiile propriu-zise*</u> sunt stări afective de scurtă durată, situaţionale. Emoţiile sunt episoade complexe care implică o mare varietate de componente şi determină disponibilitatea către acţiune. Ele apar în relaţie cu un eveniment, obiect, situaţie reală sau imaginară şi variază mult în intensitate de la emoţie vagă abia perceptibilă conştient şi până la emoţiile şoc (frica, furia, disperarea şi bucuria explozivă). Sunt însoţite de modificări organice (fiziologice), cognitive, atitudinale etc., precum şi ale expresivităţii externe (fizionomice, mimice, posturale şi gestuale, vocale etc.)

Tipuri de emoţii

Studiile au identificat mai multe tipuri de evaluări cognitive, teme fundamentale şi emoţii asociate lor care pot fi regăsite în orice cultură.

Emoţie	**Temele relaţionale nucleare**
Furie	O ofensă umilitoare împotriva mea şi a familiei mele
Anxietate	O ameninţare existenţială incertă
Spaimă	Un pericol fizic imediat, concret şi copleşitor
Vinovăţie	Încălcarea unei cerinţe morale
Ruşine	Nerespectarea unui ideal al eului
Tristeţe	Trăirea unei pierderi irevocabile
Invidie	Dorinţa de a avea un lucru al altei persoane
Gelozie	Resentimente faţă de o altă persoană pentru pierderea sau ameninţarea pierderii afecţiunii unei persoane
Dezgust	Asimilarea sau apropierea prea mare de un obiect sau o idee „indigestă” (metaforic vorbind)
Fericire	Apropierea de realizarea unui obiectiv
Mândrie	Amplificarea identităţii personale prin recunoaşterea meritului sau valorii unei realizări sau al unui obiect, personal sau aparţinând grupului cu care ne identificăm
Uşurare	O stare dureroasă care contravine obiectivelor persoanei s-a schimbat în bine sau a dispărut
Speranţă	Teama de ce este mai rău şi dorinţa de mai bine
Iubire	Dorinţa sau împărtăşirea afecţiunii, de obicei, dar nu neapărat împărtăşită
Compasiune	A fi mişcat de suferinţa altuia şi a dori să ajuţi

Emoţiile şi cauzele lor cognitive. 15 emoţii şi pattern-uri de evaluare (Lazarus, 1991*)*

Caracteristicile emoţiilor

Orice stare afectivă implică o *apreciere* pozitivă sau negativă; sunt funcţie de *concordanţa* sau neconcordanţa *situaţiei* cu *starea* (dispoziţia) de moment a individului; sunt *subiective,* depinzând de nevoile noastre prezente; sunt *totale,* fiind rezultanta tuturor tendinţelor noastre actuale, nu sunt determinate doar de un stimul izolat, deoarece apar numai pe fundalul acţiunilor amânate; implică existenţa unui grad al tensiunii psihice şi au *rol reglator* al comportamentului.

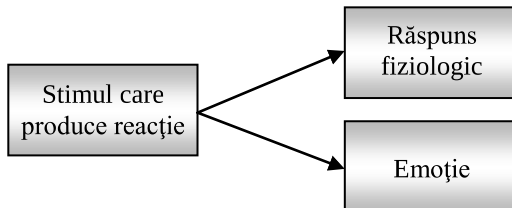
Primele teorii ale mecanismului emoţiilor

Primele teorii prezentau o viziune extrem de schematică, intuitivă asupra procesului de declanşare a emoţiilor (v. Hayes şi Orrell, 1997). Potrivit *teoriei James-Lange,* de exemplu, emoţia rezultă din percepţia stării fiziologice a organismului determinată (instinctiv) de anumite evenimente. („Nu ne plângem pentru că suferim; suferim pentru că ne plângem”, spunea celebrul filosof şi psiholog Williams James). Cu alte cuvinte, emoţia este generată de interpretarea pe care creierul nostru o dă modificărilor fiziologice din organism. (Ne împiedicăm pe scări; acţionăm reflex să prindem balustrada, realizăm că inima bate mai repede; trăim un moment de spaimă).



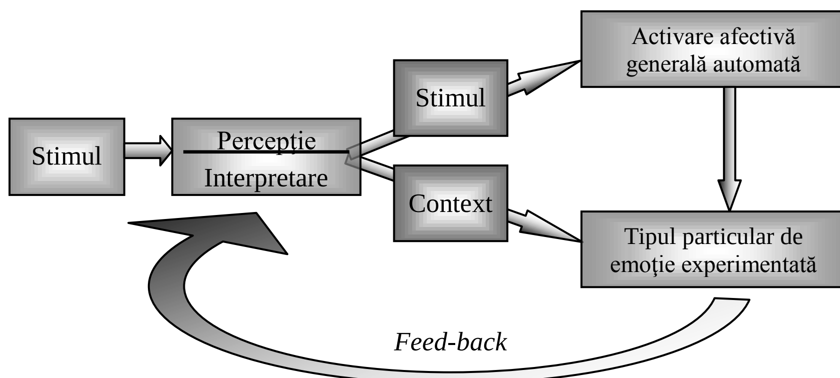
Teoria James-Lange asupra emoţiei

Teoria lui Cannon susţine o viziune diferită. Emoţia (starea psihologică resimţită) şi starea fiziologică acompaniatoare sunt distincte şi complet independente. Mintea şi corpul ar funcţiona independent de stările fiziologice şi nu pot influenţa starea psihică.



Teoria Cannon-Bard asupra emoţiei

Studiile ulterioare au arătat că mecanismul emoţiei poate fi explicat numai printr-o perspectivă *interacţionistă* aflată între cele două poziţii extreme: cea *reducţionistă* a lui James – nu există decât modificări fiziologice şi percepţia acestora –, şi cea *dualistă* a lui Cannon – emoţia şi starea fiziologică sunt independente. Aşa este *teoria bifactorială a lui Schachter*: emoţia este rezultanta unei duble interpretări: a modificărilor fiziologice resimţite (starea iniţială de activare neexplicată) cât şi evaluarea ei cognitivă şi a evenimentelor legate de ea. Trăirile emoţionale generate de un anumit obiect în momentul afectării organelor sale senzoriale determină apariţia automată a unei stări de activare afectivă. Rolul factorilor sociali şi al celor cognitivi este la fel de mare ca şi nivelul de alertă (interpretarea dată stărilor fiziologice). Excitarea sistemului simpatic este generală şi similară, indiferent de tipul emoţiei care are rolul de a energiza organismul pentru acţiune (în baza clasicei teorii fugă-luptă a genezei mecanismului emoţiilor). Acesteia i se adaugă o „etichetă cognitivă" care permite interpretarea stării generate în termenii caracteristicilor situaţiei generatoare în cadrul ansamblului experienţei perceptuale a individului. Această etichetă cognitivă de identificare a tipului emoţiei se bazează pe feed-back-urile experienţei anterioare care oferă cadrul de referinţă în care respectivul îşi înţelegere şi identifică propriile sale trăiri.



Teoria Schachter-Singer asupra emoţiei

Această perspectivă are trei consecinţe importante:

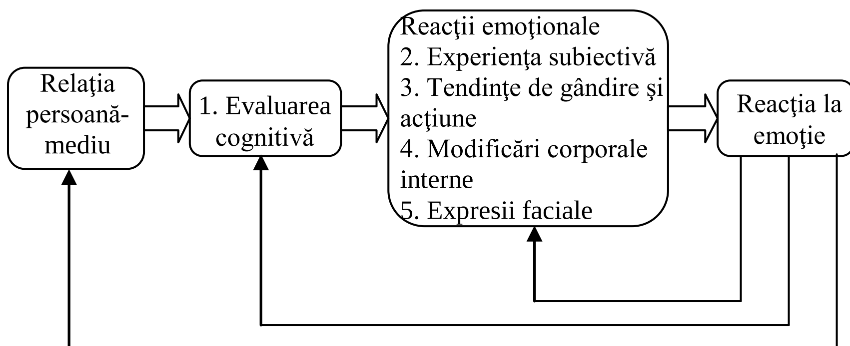
1) în cazul unui eveniment despre care individul nu are nicio explicaţie cauzală pentru o stare emoţională trăită el o va identifica în termenii cunoştinţelor sale anterioare;

2) într-o situaţie în care individul are o explicaţie potrivită pentru emoţia trăită este puţin probabil să o identifice ca fiind diferită; şi

3) în „circumstanţe cognitive" un individ va răspunde doar potrivit experienţei emoţionale în gradul excitaţiei sale fiziologice.

Mecanismele emoţiei

Atunci când vorbim de emoţii intense pot fi delimitate cel puţin şase componente majore (Lazarus, 1991): *evaluarea cognitivă* – aprecierea pe care o face persoana asupra semnificaţiei personale a evenimentului care declanşează emoţia (aprecierea ca jignitoare a unei situaţii de comunicare); *experienţa subiectivă a emoţiei* – starea resimţită pe care o induce respectiva emoţie (furie); *tendinţele de gândire şi acţiune* – modurile determinate de a acţiona şi gândi într-un anume fel (tendinţa de a agresa fizic sau verbal); *modificările corporale interne* – reacţiile fiziologice (creşterea pulsului); *expresia facială* – mimica feţei determinată de contracţiile musculare declanşate de trăirea afectivă (înroşire sau la unele persoane, din contra, albirea la faţă, injectarea ochilor); şi *reacţia la emoţie* – modul în care oamenii fac faţă sau reacţionează (cum se comportă) la emoţiile trăite sau situaţiile care le declanşează (comportament defensiv, de retragere sau violent).



Procesul emoţiei după Richard S. Lazarus (1991)

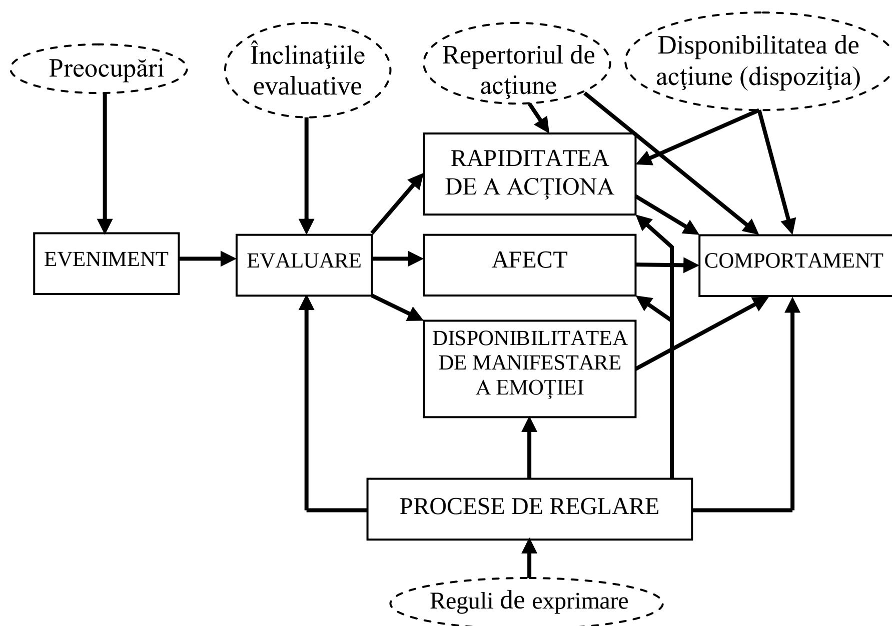
De asemenea şi intensitatea unei emoţii este funcţie de mai multe categorii de factori (Frijda, 1996):

Intensitatea = f (preocupări, eveniment, evaluare, repertoriu de acţiune, mecanismul de reglementări, dispoziţie)

Astfel, emoţiile sunt în mare măsură rezultatul *preocupărilor* individului (scopuri, motive, valori) şi apar atunci când un obiect sau

fenomen este evaluat ca favorizând, ameninţând sau lezând una dintre preocupări. Este evident că relevanţa evenimentului este dată de *evaluarea sa cognitivă* care apare ca un mediator între eveniment, preocupări şi emoţie. Evaluarea poate fi *primară* – oferă relevanţa evenimentului – şi *secundară* (Lazarus, 1991) sau *contextuală* (Frijda, 1996) – determină nu doar ce emoţie se va manifesta, ci şi cu ce intensitate. Aceasta variază în funcţie de dificultatea situaţiei, controlabilitatea sa, certitudinea şi evidenţa semnificaţiei emoţionale.

Tipul de comportament emoţional dezvoltat este puternic determinat de: *repertoriul de acţiune disponibil* (de tipurile de comportament emoţional permise) şi *eficienţa aşteptată* (cazul isteriei). *Mecanismele de control social* pot augmenta sau inhiba intensitatea emoţiei, la fel cum *dispoziţia* individului, starea sănătăţii sale sau starea de activare sau inactivare a unui sistem particular de emoţie pot scădea sau creşte intensitatea emoţiei.



Procesul afectiv şi condiţiile sale după Nico H. Frijda (1996)

În ciuda complexităţii sale, acest model necesită completarea componentei de feed-back, a „spiralei procesului afectiv”:

comportamentul dezvoltat în urma trăirii unei emoţii va afecta la rândul său starea emotivă, fapt ce poate contribui la intensificarea emoţiei.

S-a constatat, de asemenea, faptul că multe emoţii (bucuria, tristeţea, dezgustul sau furia) şi expresiile lor faciale sunt comune tuturor culturilor. Pe de altă parte, *tipurile de emoţii apărute în circumstanţe asemănătoare* diferă de la cultură la cultură. Întârzierea la o întâlnire (plan comun) va genera mai degrabă suferinţă în culturile colectiviste, care pun accent pe relaţiile interpersonale, şi mai degrabă furie în cele individualiste. La fel, factorii declanşatori pentru *un tip de emoţie diferă de la cultură la cultură*. „Starea de bine”, de exemplu, este declanşată în cadrul unei culturi colectiviste de angajarea în relaţii interpersonale (prietenie, colegialitate) pe când în una individualistă aceeaşi stare acompaniază, de obicei, sentimentele de dezangajare personală (superioritatea, mândria). Deosebirea esenţială dintre emoţiile umane şi cele animale constă în faptul că primele sunt legate de sisteme specifice de valori determinate de factorii socio-culturali (valori estetice, morale, religioase).

Sentimentele sunt forme mai complexe ale vieţii emoţionale, mai puţin intense decât emoţiile, dar cu o durată mai lungă, fiind formate din structuri ierarhizate de tendinţe şi aspiraţii. Dacă emoţiile sunt legate de orice obiect sau situaţie care are semnificaţie pentru subiect, sentimentele au legătură şi reflectă *situaţiile sociale* şi *culturale,* în special conţinutul *relaţiilor interpersonale* şi cel al *sistemului de valori* şi *simboluri*. Sentimentele au drept „obiect” o persoană (iubire, ură, stimă sau dispreţ) sau o valoare (satisfacţie, împlinire). Ele sunt cele care determină şi se manifestă ca atitudini şi pot deveni motive ale comportamentelor şi acţiunilor. Sunt strâns legate şi influenţează puternic procesele cognitive şi imaginaţia. Nefiind situaţionale precum emoţiile, sentimentele sunt durabile şi pot forma scheme de organizare, ierarhizate, definitorii pentru individ şi astfel structurează dorinţele, aspiraţiile, atitudinile individului conferind nuanţări specifice trăirilor emoţionale ale acestuia.

Dată fiind varietatea sentimentelor, este extrem de dificil de realizat o clasificare a lor. Cu toate acestea, potrivit complexităţii lor le putem împărţi în *sentimente inferioare* (legate de trebuinţe individuale de ordin biologic) şi *superioare* (legate de valorile societăţii) precum sunt sentimentele *morale* (sentimentul dreptăţii, dragostea de aproape,

de muncă etc.), sentimentele *estetice* (dragostea de frumos) sau *intelectuale* (dorinţa de cunoaştere, de inovare, de descoperire).

Pasiunile sunt acele forme ale afectivităţii care combină intensitatea emoţiilor cu durabilitatea sentimentelor. Ele determină o îngustare a câmpului conştiinţei prin focalizarea motivaţiei către „obiectul”, scopul pasiunii, determinând minimizarea şi devalorizarea altor aspecte ale realităţii. Îmbinarea pasiunii cu aptitudinile speciale dă naştere vocaţiei.

Dispoziţiile (integrate global) sunt stări afective difuze (fără obiect), de durată care se poate întinde de la câteva ore la zile şi săptămâni, şi care sunt deseori variabile (Russell şi Feldman, 1999). Spre deosebire de emoţii, ele nu pot fi observate decât la nivelul experienţei subiective. Pe fundalul dispoziţiilor se manifestă cotidian şi situaţional celelalte trăiri emoţionale. Dispoziţiile pot fi *globale* (homeostatice) care reprezintă structura individuală durabilă şi generală de raportare la realitate şi la ceilalţi (optimistă/pesimistă, încrezătoare/sceptică, tensionată/relaxată) şi *de moment* (mai intense) generate de conjugarea factorilor situaţionali.

Extrem de important în cadrul managementului emoţiilor, în special al celor negative, sunt strategiile de reglare a acestora. Trăirea intensă a unor emoţii, mai ales când ne aflăm în mediul social, poate duce la probleme de integrare, de adaptare şi la respingere. De aceea, oamenii folosesc diverse strategii cognitive şi comportamentale pentru reglarea (emoţiilor şi a) reacţiilor la propriile emoţii cum ar fi diversiunea sau angajarea.

Strategii de reglare	**Cognitivă**	**Comportamentală**
Diversiune		
Dezangajare	Evităm să ne gândim la problemă	Evităm situaţia problematică
Distragerea atenţiei	Ne gândim la ceva plăcut sau captivant	Facem un lucru plăcut sau solicitant
Angajare		
Strategii orientate spre afect	Reevaluare	Ne exprimăm sentimentele, căutăm sprijin
Strategii orientate spre situaţie	Ne gândim cum să rezolvăm problema	Trecem la acţiune pentru a rezolva problema

Clasificarea strategiilor de reglare a emoţiilor (Prakinson şi Totterdeli) după Smith *et al*., 2005, p. 592

Funcţia esenţială a proceselor afective este aceea de adaptare şi reglare a conduitei umane, de susţinere energetică a activităţii potenţând şi condiţionând activitatea. Prin componenta ei specială (simpatia) afectivitatea joacă un rol marcant în însăşi constituirea şi menţinerea societăţii.

Rezumat

Acest capitol descrie principalele forme şi caracteristicile principalelor stări afective potrivit complexităţii lor (emoţiile primare, emoţiile propriu-zise, sentimentele, pasiunile şi dispoziţiile). Sunt trecute în revistă principalele teorii asupra mecanismelor declanşării şi desfăşurării emoţiilor, factorii care influenţează emoţiile, condiţiile care influenţează intensitatea acestora, rolul diferenţelor culturale în psihologia emoţiilor precum şi strategiile de reglare a emoţiilor şi a reacţiilor la propriile emoţii.

Cuvinte cheie

afect, *agresivitate*, *colectivism*, *dispoziţie (organică)*, *emoţie*, *expresie facială*, *individualism*, *pasiune*, *reacţii la emoţii*, *sentiment*, *strategii de reglare*, *tendinţe de gândire şi acţiune*, *teoria bifactorială*, *teoria James*-*Lange*, *teoria lui Cannon*.

Întrebări recapitulative

Care sunt formele afectivităţii?
Care sunt caracteristicile dispoziţiilor organice? Dar a afectelor?
Care sunt principalele tipuri de emoţii?
Care este mecanismul emoţiilor după teoria *James*-*Lange*?
Care este mecanismul emoţiilor după teoria *Schachter*-*Singer*?
Cum descrie procesul afectiv şi condiţiile sale Nico H. Frijda?
Prin ce se caracterizează sentimentele? Dar pasiunile?
Ce sunt dispoziţiile?
Care sunt principalele strategii de management al emoţiilor?

Capitolul X Personalitatea

Definirea personalităţii

Utilizat în toate ştiinţele socio-umane şi în filosofie, conceptul de personalitate a fost şi este privit din perspective teoretice diferite, care, fără a fi contradictorii, sunt divergente. Există numeroase definiţii date acestui concept, iar unii vorbesc chiar de o ştiinţă autonomă, personologia, dedicată studiului personalităţii. Oricum, psihologia personalităţii s-a conturat ca o ramură aparte a psihologiei.

Termenul de personalitate provine din latina clasică, unde *persona* desemna, iniţial, masca folosită de actori în teatrul antic. Ulterior, cuvântul a dobândit sensuri multiple, în lumea contemporană, el circulând cu următoarele înţelesuri: aspectul exterior al omului, rolul jucat de un actor (funcţia socială îndeplinită de un om), actorul însuşi care joacă un rol (omul care îndeplineşte o funcţie socială), ceea ce conferă valoare omului, calităţile lui.

Înainte de a vorbi despre modurile de definire a personalităţii trebuie să precizăm diferenţa existentă între termenii *individ, persoană, personalitate.* Termenul de *individ* desemnează „*acea totalitate a elementelor şi însuşirilor fizice, biochimice, biologice şi psihofiziologice, înnăscute sau dobândite care se integrează într-un sistem pe baza mecanismului adaptării la mediu. Termenul de individ se aplică tuturor organismelor vii, deci şi omului*” (Golu, 2005). Cuvântul *persoană* este legat de manifestarea actuală a omului într-o situaţie socială dată, manifestare ce se subordonează unui anumit rol (*Ibidem*). Termenul de *personalitate* desemnează *„omul concret, structura complexă, specifică, a trebuinţelor şi posibilităţilor lui determinate de factori biologici şi, în special, sociali”* (Cosmovici**,** 1972).

Modurile de definire a personalităţii pot fi clasificate în două mari categorii. Pe de o parte, personalitatea poate fi definită „din exterior” – ca efect produs de un individ asupra celorlalţi, i.e. ansamblul *trăsăturilor* şi *comportamentelor* umane care provoacă răspunsuri psiho-comportamentale din partea celorlalţi, iar pe de altă parte, „din interior” – ca structură intimă a elementelor *biologice* înnăscute (instincte, trebuinţe, tip de activitate nervoasă superioară etc.), *psihologice* (limbaj, gândire, imaginaţie etc.) şi *socio-morale*, achiziţionate în procesul socializării (norme comportamentale, valori

sociale, convingeri, idealuri etc.). Cele două perspective se întregesc şi se completează reciproc (Chelcea, 1994).

Mielu Zlate (1999) consideră că există patru perspective sau modalităţi de abordare a personalităţii:

a) perspectiva atomistă, bazată, pe de o parte, pe descompunerea personalităţii în elementele sale componente în vederea studierii legităţilor lor de funcţionare, iar pe de altă parte, pe descoperirea elementului primar, ultim sau constituant fundamental al acesteia;

b) perspectiva structurală, care porneşte de la întreg, nu de la parte ori de la elementele componente ale personalităţii, ci de la modul lor de organizare, aranjare, ierarhizare în cadrul structurii globale;

c) perspectiva sistemică, introdusă în psihologie ca urmare a apariţiei şi dezvoltării ciberneticii, care porneşte de la interpretarea personalităţii ca un sistem, ca un ansamblu de elemente aflate într-o interacţiune ordonată;

d) perspectiva psihosocială, orientată spre surprinderea personalităţii concrete, aşa cum se manifestă ea în situaţiile şi conjuncturile sociale particulare, în sistemul interrelaţiilor şi al psihologiei colective, în funcţie de atributele psihosociale ale omului, adică de statutele şi rolurile sale, de nivelurile sale de aspiraţie şi aşteptare, de structura atitudinilor şi opiniilor sale.

Încercările de definire a personalităţii au dat naştere la o serie de *divergenţe metodologice* (Golu, 2005). O primă divergenţă este legată de modul de înţelegere a raportului *particular (individual, concret)/general (universal).* Ea apare ca diferenţă între orientarea *ideografică*, potrivit căreia cercetarea personalităţii trebuie să se concentreze asupra analizei şi explicării individualului, a omului concret în situaţii concrete, şi orientarea *nomotetică,* după care psihologia personalităţii, dacă vrea să devină o ştiinţă autentică, trebuie să se ocupe de dezvăluirea generalului şi de formularea unor legi cu aplicabilitate generală.

O a doua divergenţă este legată de modul de abordare a raportului de determinare sau condiţionare, în sistemul personalităţii, dintre factorii biologici şi cei sociali. În definirea personalităţii s-au confruntat *orientarea biologistă* care atribuie rolul determinant, atât în structura personalităţii, cât şi în desfăşurarea activităţii şi comportamentului, factorilor biologici, trebuinţelor biologice primare, instinctelor, şi *orientarea sociologist-culturologică,* potrivit căreia personalitatea

trebuie considerată exclusiv produsul acţiunii sau moştenirii condiţiilor şi factorilor socio-culturali.

O a treia divergenţă metodologică asupra modului de abordare a personalităţii este aceea dintre *orientarea atomar-descriptivistă* şi *orientarea sintetic-structuralistă.* Prima derivă şi se subordonează perspectivei *asociaţioniste*, potrivit căreia explicarea unei organizări psihice de nivel superior trebuie să constea în descompunerea ei în elemente şi în studiul separat al acestora. Cea de a doua, derivată din perspectiva *gestaltistă*, consideră că orice organizare psihologică are un caracter predeterminat şi integral, studiul ei trebuind să dezvăluie specificul acestei integralităţi şi legile interne de structură.

A patra divergenţă metodologică apare în legătură cu modul de a concepe şi prezenta organizarea internă a personalităţii. *Tendinţa plană* concepe organizarea internă a personalităţii în mod liniar, toate elementele componente fiind la fel de importante şi înşirându-se unele lângă altele precum mărgelele pe aţă, accentele diferenţiatoare fiind puse de cercetător, în funcţie de obiectivul şi ipotezele stabilite. *Tendinţa ierarhică* se bazează pe admiterea raportului inferior-superior şi a principiului subordonării pe verticală. Organizarea internă a personalităţii este prezentată printr-un model multinivelar, supraetajat. Existenţa acestor divergenţe metodologice sunt de natură să explice marea varietate a modurilor de definire a personalităţii.

Una dintre definiţiile cele mai cunoscute care au fost date personalităţii este cea a lui Gordon W. Allport (1981): „*personalitatea este organizarea dinamică în cadrul individului a acelor sisteme psihofizice care determină gândirea şi comportamentul său caracteristic.*” Mai detaliat, *Dicționarul de Psihologie Cambridge* defineşte, în plus, personalitatea ca fiind „*organizarea dinamică în cadrul individului a trăsăturilor comune, pattern-urilor de comportament, valorilor, planurilor şi motivelor, înţelegerii de sine şi perspectiva asupra lumii, abilităţilor şi pattern-urilor emoţionale care determină comportamentul şi gândirea sa caracteristică.*” (p. 371)

Teorii ale personalităţii

Date fiind eterogenitatea şi complexitatea structurilor care constituie sistemul personalității umane au apărut mai multe perspective teoretice care încearcă să contureze un cadru comprehensiv de înţelegere a acesteia. În tabelul următor sunt prezentate şi exemplificate

principalele perspective asupra personalităţii (în cadrul fiecărui tip, după cum se va vedea şi în continuare, se încadrează mai multe teorii decât cele prezentate spre ilustrare.)

Abordarea	Autorul	Teoria	Ideea fundamentală
Trăsăturilor sau predispoziţiilor (biologice)	Hipocrate	Temperamentelor	Conduita umană este determinată de efectul combinat al capacităţilor moştenite ale organismului şi experienţa sa trecută.
	William Sheldon	Constituţiei somatice	
	Gordon Allport	Psihologia trăsăturilor	
	Raymond Cattell	Factorială	
Psihanalitice sau Psihodinamice	Sigmund Freud	Psihanalitică a dezvoltării psihosexuale	Conduita umană este determinată de experienţele trecute (din copilăria) persoanei, care îi colorează percepţia asupra evenimentelor actuale.
	Alfred Adler	Psihologia individuală	
	Erik Erikson	Teoria dezvoltării psihosociale	
	Carl Jung	Psihologia analitică	
Învăţării (sociale)	John Dollard şi Neal Miller	Teoria întăririi	Conduita umană rezultă din ceea ce a învăţat organismul în trecut, percepţiile pe care le învaţă în prezent şi modalitatea în care acestea sunt gândite şi organizate la un nivel psihic superior.
	Albert Bandura	Teoria învăţării sociale	
	Burrhus Skinner	Condiţionarea operantă	
	Arthur W. Staats	Behaviorismul psihologic	
Umaniste sau Fenomenologice	Carl Rogers	Teoria centrării pe persoană	Conduita umană poate fi înţeleasă numai în termenii percepţiilor interioare asupra sinelui şi a celorlalţi şi este orientată către auto-realizarea personală.
	Abraham Maslow	Teoria holistă	

Principalele teorii asupra personalităţii

În continuare, sunt prezentate, din fiecare tip de abordare, cele mai reprezentative concepţii, ale celor mai reprezentativi autori, precum şi cele care se bucură de cea mai puternică validare ştiinţifică sau popularitate în rândul psihologilor şi a cunoașterii comune.

Teoria trăsăturilor

Una dintre cele mai consistente teorii asupra personalității, construită pe principiul trăsăturilor constante, este cea a psihologului Hans Jürgen Eysenck, modelul PEN (**P**sychoticism, **E**xtraversion, **N**euroticism). Acesta pleacă de la ideea că personalitatea este construită pe patru niveluri ierarhice:

• *comportamentele* individului care, deşi aparţin individului, nu pot fi caracterizate prin constanţe sau regularităţi, formează nivelul de bază;

• *deprinderile* sau actele mentale habituale, formate prin înlănțuirea ordonată a unora dintre comportamente, formează cel de al doilea nivel, cu un grad mai înalt de generalitate;

• *trăsăturile* de personalitate primare sunt constituite din anumite grupuri de obişnuinţe care apar împreună. De exemplu, persoanele care sunt uşor intimidate de relaţiile interpersonale vor prefera activităţi solitare prin care să evite astfel de întâlniri. Cele două aspecte vor constitui astfel o trăsătură de personalitate, timiditatea.

• la nivelul cel mai înalt de organizare, trăsăturile tind să se unească în anumite ansambluri specifice şi să formeze *tipuri* sau *trăsături secundare*. Spre exemplu, trăsături precum anxietate, depresie, timiditate, slabă auto-apreciere pot fi grupate împreună sub conceptul (tipul) de nevrotism. Termenul de tip desemnează o dimensiune cu două valori extreme, delimitând un continuum de-a lungul căruia persoanele ocupă diverse poziţii.

Modelul propus implică trei tipuri sau *hiper-trăsături*: *Extroversiune*, *Nevrotism* şi *Psihoticism*, pe baza cărora pot fi descrise tipurile de personalitate. Spre deosebire de alte modele de studiu ale sistemului personalităţii care au în special calităţi *descriptive* (caută să răspundă la întrebarea „*Ce* este personalitatea?”, e.g. „Care sunt diferențele individuale identificabile în trăsăturile existente?), acesta vizează şi latura *explicativă* (care caută să răspundă la întrebarea „*De ce* este personalitatea astfel?”, e.g. „Care sunt cauzele diferenţelor individuale?”).

Tipurile de personalitate sunt explicate pe baza unor mecanisme fiziologice şi genetice. Deşi ca viziune şi metodă de cercetare Eysenck a fost un behaviorist, care considera că deprinderile învăţate au o importanţă covârşitoare, el susţinea, în acelaşi timp, că diferențele individuale sunt explicate, în proporţie de 66%, de către factorii genetici, variaţiile individuale în evaluarea celor trei dimensiuni reflectând nimic altceva decât diferenţe în funcţionarea neurofiziologică.

Sursa cea mai importantă de suport pentru această teorie o reprezintă cercetările întreprinse pe gemenii (genetic) identici (monozigoţi) şi cei fraternali (dizigoţi). Orice diferență survenită la gemenii identici este cauzată de mediu, pe când asemănările puternice ale gemenilor fraternali crescuţi în medii diferite se pot datora moştenirii genetice. Studii empirice au arătat că gemenii identici au personalități mult mai asemănătoare, iar comportamentul lor infracțional şi nevrotic este mult mai asemănător decât al celor fraternali, chiar şi dacă au fost separați la scurt timp de la naștere şi crescuți în familii şi medii diferite. Personalitatea copiilor adoptați se aseamănă mai mult cu cea a părinților biologici decât cu cea a părinţiilor adoptivi la câteva dintre dimensiunile trăsăturilor. Prin urmare, există o bază ereditară "substanțială" a personalității.

Primul factor, *Extraversiunea (E)* este bazat pe nivelul de activare corticală şi este legat de interesul pentru viaţa socială şi efectele pozitive ale sociabilităţii. Acest factor este legat de caracteristicile sistemului activator ascendent reticulat al encefalului, care reprezintă un soi de mecanism de activare în urma input-uturilor senzoriale al cortexului cerebral care va activa întregul organism. Dacă evenimentele externe au valoare de supraviețuire (sau li se atribuie o astfel de valoare), cortexul comandă formaţiunii reticulare continuarea propagării activării. Această buclă de feedback este cea care explică dacă noi vom continua să participăm la evenimentele din mediu sau nu. Variaţiile individuale se explică neurofiziologic prin reactivitatea dopaminei care îi face pe oameni extrem de sensibili la recompense.

Introvertiţii sunt acele persoane repede activate de evenimente şi care asimilează interdicţiile sociale mai uşor decât extroverţii. Primii sunt influenţaţi, mai degrabă de pedepse, în timp ce ultimii sunt mai uşor influenţaţi de recompense. În consecinţă, ei sunt mai reţinuţi şi mai inhibaţi. Studiile asupra gemenilor mono şi dizigoţi au demonstrat importanţa covârşitoare a moştenirii genetice, iar cele inter-culturale persistenţa în timp a acestor diferenţe. Descriptiv, diferenţele la acest factor constituie axa Introversiune-Extroversiune şi arată *orientarea individului* către sine (interior) sau către lumea externă (exterior).

Nevrotismul (N) este legat de pragurile minimale de activare ale sistemului nervos simpatic sau creierul reptilian (visceral), centrul emotional al creierului, cel care reglează comportamentul sexual, frica sau agresivitatea şi este responsabil de răspunsul la stres (măsurat

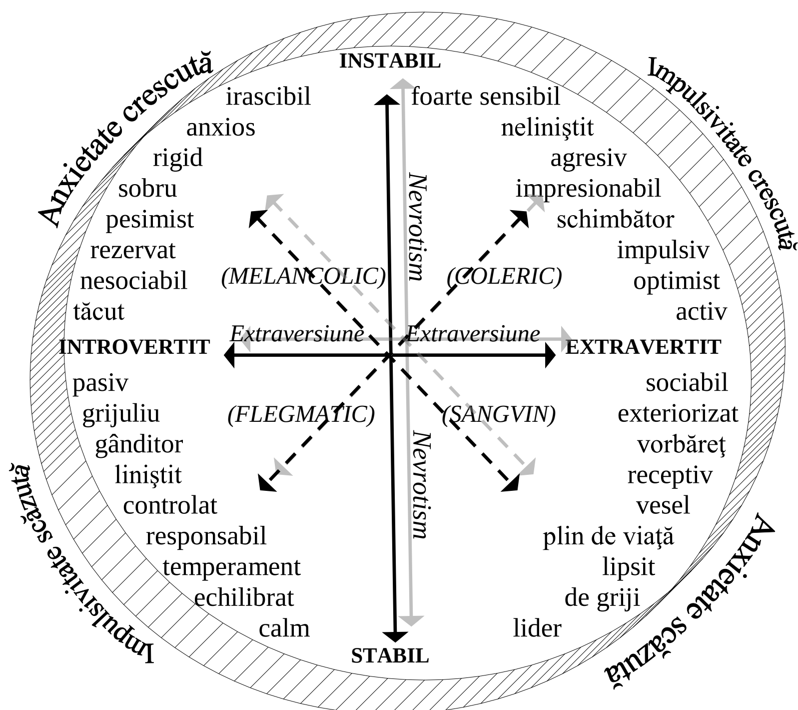
neurofiziologic prin puls, tensiunea sanguină, mâini reci, transpiraţie şi încordare musculară cu precădere în frunte). Persoanele care înregistrează un scor mare la nevrotism acuză deseori dureri corporale (de stomac, de cap etc.). Acestea dezvoltă foarte repede reacţii de stres care descresc mult mai lent după dispariţia stimulului situaţie care l-a generat. Măsurat pe axa Stabilitate-Instabilitate, acest factor evaluează *nivelul emotivităţii persoanei* de la polul indivizilor instabili emoţional (anxioşi, impulsivi sau temperamentali) la cel al celor stabili (calmi, echilibraţi, liniştiţi).

Cel de al treilea factor, adăugat ulterior de autor, *Psihoticismul*, pare legat de funcţionarea neurofiziologică a glandelor endocrine, în special de cele care secretă hormonii sexuali. Deşi bazele sale sunt cel mai puţin cunoscute, studiile par să indice o asociere genetică legată de o vulnerabilitate sporită la diverse boli. Psihoticismul este asociat atât cu posibilitatea de a avea episoade psihotice (de rupere de realitate), cât şi cu agresivitatea (măsurat neurofiziologic prin creșterea nivelului de testosteron). Evaluat pe axa Psihoticism-Funcţionare a Superego-ului această dimensiune vizează *parametrii de funcţionare ai sistemului psihic*.

După Eysenck nu există persoane care să fie 100% extroverte sau introverte, nevrotice sau stabile, ci fiecare persoană cuprinde, într-o anumită măsură, fiecare tip. O persoană poate arăta extrem de multă extraversie, mai puţin nevroticism şi foarte puţin psihoticism.

Primele două dimensiuni, extraversiunea şi nevrozismul au fost studiate mult mai aprofundat, şi pot fi mai uşor înţelese în combinaţie, prin intersectarea lor două câte două, prin analogie cu sistemul clasic al tipurilor temperamentale descrise de Hipocrat:

- instabilitate emoţională şi extraversiune (coleric);
- stabilitate emoțională şi extraversiune (sangvin);
- stabilitate emoţională şi introversiune (flegmatic);
- instabilitate emoţională şi introversiune (melancolic).



Factorii de personalitate ai lui Eysenck (Eysenck şi Rachman, 1965)

Corelatele psihologice ale factorilor de personalitate

Extraversia (orientarea către sine sau ceilalţi) se constituie dintr-o interrelaţie între trăsăturile: sociabilitate, impulsivitate, excitabilitate şi dinamism. *Caracteristici de personalitate*:

Introversiunea: slab orientat către ceilalţi, extrem de sensibil, dar reţinut în manifestări; inhibat; preferinţă pentru activităţi solitare; sensibil la durere; performanţa afectată de starea emoţională; introspectiv; serios; inhibat; tendinţe obsesionale; tendinţe de a dezvolta simptome de anxietate şi depresie sau sentimente de inferioritate; rigiditate şi variabilitate intra-personală scăzută; construcţie corporală mai ales pe verticală (în detrimentul celei orizontale); nivel de aspiraţie înalt, dar cu subestimarea propriei performanţe.

Extraversiunea: puternic orientat către ceilalți; impulsivitate; preferinţă pentru activităţi care implică contactul cu alte persoane; tendinţa de a ieşi mereu; dorinţă de noutate; performanţă îmbunătățită de starea emoţională; toleranţă la durere; tendinţe spre simptome de conversie isterică; mai puţin rigid

şi cu mare variabilitate intra-personală; prevalează creşterea pe orizontală; nivel de aspiraţie scăzut, dar cu tendinţe de supraevaluare a propriilor performanţe.

Nevrotismul (instabilitate-stabilitate emoţională) este definit de interrelaţia trăsăturilor: anxietate, depresie, timiditate, auto-apreciere scăzută. *Caracteristici de personalitate*:

Voinţă şi control emoţional scăzut; capacitate mică de afirmare; lent în gândire şi acţiune; uşor sugestibil şi nesociabil; lipsit de perseverenţă; tendinţă de reprimare a faptelor neplăcute; acuitate senzorială sub medie, dar cu un nivel înalt de activare.

Psihotismul (termenul echivalent este duritate) este constituit prin interrelaţia trăsăturilor: agresivitate, egocentrism, lipsa de empatie şi comportament antisocial. *Caracteristici de personalitate*:

La unul dintre poli sunt cei puternic socializaţi; la celălalt pol apar cei care tind să fie solitari, insensibili, nepăsători faţă de nevoile celorlalţi şi refractari la regulile sociale. Slabă capacitate de concentrare sau memorare, desconsideră pericolul şi convenţiile, manifestă ocazional originalitate şi/sau creativitate; îi plac lucrurile neobişnuite, considerat ciudat de către ceilalţi.

Există voci care susţin că abordarea psihometrică a lui Eysenck ar utiliza o plajă prea restrânsă de factori de personalitate, simplificând nepermis de mult complexitatea personalităţii umane. Încă din anii '30 Gordon Allport şi Henry S. Odbert lansaseră deja *ipoteza lexicală* potrivit căreia „acele diferenţe individuale care sunt cel mai evidente şi mai relevante din punct de vedere social în vieţile oamenilor vor fi în cele din urmă codate în limba lor; cu cât este mai importantă o asemenea diferenţă, cu atât mai probabil este ca ea să ajungă să fie exprimată ca un singur cuvânt".

Analizând două dintre cele mai cuprinzătoare dicţionare ale limbii engleze, aceştia au găsit în jur de 18 000 de cuvinte (aproximativ 5% din numărul total de cuvinte) care se referă la caracteristici de comportament. Ulterior au eliminat cuvintele neclare şi sinonimele obţinând 4 500 de termeni, iar în final au grupat termenii pe subgrupuri semnificative psihologic (Allport şi Odbert, 1936). Douăzeci de ani mai târziu, psihologul Raymond Bernard Cattell a restrâns lista la mai puţin de 200 de trăsături, iar apoi, prin metoda analizei factoriale, acesta a concluzionat că există 16 factori de personalitate fundamentali care ar putea explica relaţiile între grupurile de trăsături. Dintre aceştia o parte sunt factorii externi, cei care formează personalitatea conştientă aparentă, acele trăsături de personalitate pe care le observă ceilalţi, iar sub aceştia sunt trăsăturile interioare, inconștiente, care formează baza

personalității individului. În tabelul următor sunt prezentaţi descriptorii factorilor primari sau de prim ordin (Conn şi Rieke, 1994).

Descriptori pentru scorurile mici	Factorul	Descriptori pentru scorurile mari
REZERVAT: detaşat, tendinţă de critică, distanţare, scepticism, rigiditate, dispreţ.	Căldură (A)	**SOCIABIL**: „deschidere”, „căldură”, afectuos, caracter plăcut, agreat.
PUŢIN INTELIGENT: inteligenţă „discretă”, gândire concretă lentă, „greoi” şi înclinat spre o interpretare concretă şi literală a fenomenelor.	Raţionament (B)	**INTELIGENT**: nivel intelectual ridicat, gândire abstractă dezvoltată, fluiditate în găsirea soluţiilor, capacitate de esenţializare, analiză şi sinteză.
SENTIMENTAL: emotiv, nestatornic, agitat, influenţabil, impresionabil, iritabil, nesatisfăcut.	Stabilitate emoţională (C)	**STABIL EMOŢIONAL:** maturitate, calm, realism şi capacitate de a susţine moralul altora.
DOCIL: modestie, supunere, conformism, linişte, acomodare.	Dominare (E)	**AUTORITAR:** sigur pe sine, dominant, independent, încăpăţânat, tendinţe agresive.
SERIOS: prudenţă, gravitate, seriozitate, rezervat, introspectiv.	Expansivitate (F)	**NONŞALANT:** indiferenţă, nepăsare, entuziasm, impulsivitate.
EXPEDITIV: oportunism, ocolirea regulilor şi legilor, lipsa simţului datoriei sau tendinţă de delăsare şi neglijenţă.	Regulile de conştiinţă (G)	**CONŞTIINCIOS:** onest, integritate morală, perseverent, seriozitate şi atenţie la regulile de convieţuire.
TIMID: timiditate, atitudine timorată, neîncredere în forţele proprii, prudenţă excesivă.	Îndrăzneală socială (H)	**AVENTUROS:** îndrăzneală, destindere, spontaneitate.
DUR: realism uneori duritate, satisfacţie referitoare la propria persoană, rațional.	Sensibilitate (I)	**SENSIBIL:** tandreţe, dependenţă afectivă, sensibilitate exagerată, imaturitate afectivă.
ÎNCREZĂTOR: acomodabil, apt de contacte personale, preocupat de soarta altora, capacitate de lucru în echipă.	Vigilenţă (L)	**SUSPICIOS:** bănuitor, rigiditate, egoism, egocentrism, dezinteres faţă de alţii, neputinţa de lucru în echipă.
PRACTIC: spirit practic, scrupulozitate, convenţionalism, corectitudine.	Abstractivitate (M)	**FANTEZIST:** originalitate, ignorant faţă de realităţile cotidiene, neconvenţional.
DIRECT: caracter drept, natural, naiv, sentimental.	Viaţă privată (N)	**VICLEAN:** abilitate, subtilitate, interesat, perspicacitate, cutezanţă, viclenie.
SIGUR DE SINE: calm (armonie, linişte) şi încredere.	Aprehensiune (O)	**ANXIOS:** nelinişte, agitaţie, deprimare şi tendinţa de culpabilitate.
CONSERVATOR: conformism şi tolerant faţă de tradiţii, încredere faţă de toate „adevărurile primare”, prudenţă şi suspiciune faţă de nou, opoziţie la orice schimbare.	Deschiderea la schimbare (Q_1)	**RADICAL:** spirit novator, critic şi scepticism faţă de vechi şi perimat şi „adevăruri esenţiale”, libertate în gândire şi acţiune, suportă bine schimbarea, interes pentru probleme intelectuale
DEPENDENT: dependenţă socială şi ataşament faţă de grup, preferinţa pentru munca şi deciziile în colectiv.	Independenţă de sine (Q_2)	**INDEPENDENT:** hotărât, independenţă socială.
NECONTROLAT: lipsa de autocontrol, conflict cu sine, neglijenţă faţă de cerinţele vieţii sociale şi comportament impulsiv.	Perfecţionism (Q_3)	**CONTROLAT:** autocontrol ridicat, formalism şi conformism faţă de anumite idei personale, tendinţa spre circumspecţie.

RELAXAT: destins, liniştit, apatic, mulţumit şi nepăsător, lipsa sentimentului de frustrare.	Tensiune (Q_4)	**ÎNCORDAT:** se evidenţiază prin stare de tensiune şi încordare, frustrare, iritare, surmenaj.

Cei 16 factori de personalitate ai lui Raymond B. Cattell

Pe lângă trăsăturile sursă care sunt cele mai importante, stabile şi permanente, fiind factori unitari, surse ale unui aspect al comportamentului avem şi trăsăturile de suprafaţă care deşi corelează între ele, nu formează un factor dacă nu sunt determinate de aceeaşi trăsătură sursă. Structura personalităţii este multi-nivelară şi ierarhică cu o structură de factori primari şi secundari interdependenţi. Aceşti factori secundari, în versiunea iniţială, erau: Factorul I - Adaptabilitatea – Anxietatea, Factorul II - Introversie – Extraversie, Factorul III - Emotivitate – Dinamism, Factorul IV - Supunere – Independenţă. Studiile ulterioare au arătat însă că atât cei 16 factori din modelul lui Cattell, cât şi cei rezultaţi din alte modele psihometrice ale personalităţii, pot fi captaţi prin cinci super-factori, cunoscuţi sub numele de Big Five (OCEAN sau CANOE): Deschidere (***O**penness*), Conştiinciozitate (***C**onsciousness*), Extraversiune (***E**xtraversion*), Agreabilitate (***A**greableness*) şi Nevrotism (***N**euroticism*).

Factorul Big Five	Scor mic	Scor ridicat	16PF
Extraversiune: Căldură, căutare de senzaţii, sociabilitate, asertivitate, activism, emoţii pozitive	Introvertit, inhibat social, retras, tăcut	Extrovertit, spontan, activ social, vorbăreţ,	A+, F+, H+, N-, Q2-
Nevrotism: Anxietate, depresie, ostilitate, nemulţumire, conştiinţă de sine, impulsivitate, vulnerabilitate	Anxietate scăzută, relaxat, calm, dur, imperturbabil, sigur, adaptabil	Anxietate crescută, încordat, perturbabil, histrionic, îngrijorat, vulnerabil, nesigur	C-, L+, O+, Q4+
Deschidere: Fantezie, estetic, sentimente, acţiuni, idei, valori	Receptiv, dezgheţat intuitiv, emoţional, sensibil, convenţional, conservator	Realist, decis, liberal, lipsit de empatie, hotărât, original, îndrăzneţ	A-, I-, M-, Q1-
Agreabilitate: Încredere, lealitate, altruism, conformism, modestie, tandreţe	Săritor, agreabil, altruist, supus	Independent, crud, convingător, egoist, încăpăţânat, iritabil	E+, H+, L +, Q1+
Conştiinciozitate: Competenţă, ordine, ascultător, realizare, străduinţă, autodisciplină, deliberare	Nestăpânit, impulsiv, necontrolat, nepăsător, neglijent, independent	Auto-control, grijuliu, responsabil, inhibă impulsurile,conştiincios	F-, G+, M-, Q3+

Lista cu descriptorii celor cinci superfactori şi corespondenţa cu lista 16 PF

Extraversia se referă la capacitatea de orientare a personalităţii în mediul exterior fizic şi social, modul de implicare în acţiune şi

sociabilitatea persoanei. *Nevrotismul* se referă stabilitatea emoţională, caracteristicile emoţionale ale unei persoane şi diferitele dificultăţi emoţionale care pot rezulta de aici. *Deschiderea* se referă la diferitele aspecte ale funcţiilor intelectuale precum creativitatea, inventivitatea, deschiderea la experienţă. *Agreabilitatea* vizează diferenţele individuale în modul de interacţiune socială, îndeosebi calităţile emoţionale ale persoanei şi comportamentele ei prosociale. *Conştiinciozitatea* este legată de modul concret, specific al individului de a aborda sarcinile, activităţile şi problemele din viaţa sa.

Cu toate că acest model are o mare sferă de aplicabilitate, precum şi nenumărate valenţe metodologice şi practice, el prezintă şi unele limite, precum absenţa unei concepţii teoretice care să-l întemeieze, neconcordanţa între autori în ceea ce priveşte denumirea, numărul, localizarea spaţială şi, mai ales, interpretarea factorilor, analiza factorială care, fiind o procedură statistică, nu ne spune mai nimic despre semnificaţia psihologică a acestor factori, ba chiar că, dat fiind originea sa (psiho)lexicală, aceasta poate să se refere mai mult la proprietăţile inerente ale limbii împărtăşite de toţi membrii colectivităţii respective, decât să ne dezvăluie caracteristicile psihologice concrete ale unei persoane date (Zlate, 1999).

Pe de altă parte, circumscrierea personalităţii umane prin intermediul trăsăturilor, se dovedeşte atât de răspândită şi relevantă încât trăsăturile de personalitate au fost extinse chiar şi la branduri. Astfel, multe dintre caracteristicile mărcilor publicitare pot fi identificate după tipurile temperamentale clasice: *Orange*, *Vodafone*, *Coca Cola* sunt sangvinice; *Pateu Antefrig*, *Mountain Dew* colerice; *Allianz* (*Ţiriac*), *Western Union* şi *Milli* melancolice; iar *Zaraza*, *Red Bull*, *Sprite* sau *Schweppes* flegmatice.

Teoria psihanalitică

Există o istorisire care spune că în mileniul care a trecut, omenirea a primit trei mari lovituri în Ego-ul său. Afirmaţia, acum demonstrabilă, a lui Nicolaus Copernic că Pământul se învârte, care a costat-o pierderea poziţiei de centru al Universului; teoria evoluţionistă a lui Charles Darwin, care a detronat omul din poziţia de formă supremă de viaţă; şi concepţia lui Sigmund Freud cum că noi nu suntem conştienţi de toate forţele care ne controlează comportamentul şi că suntem la mâna pulsiunilor inconştiente.

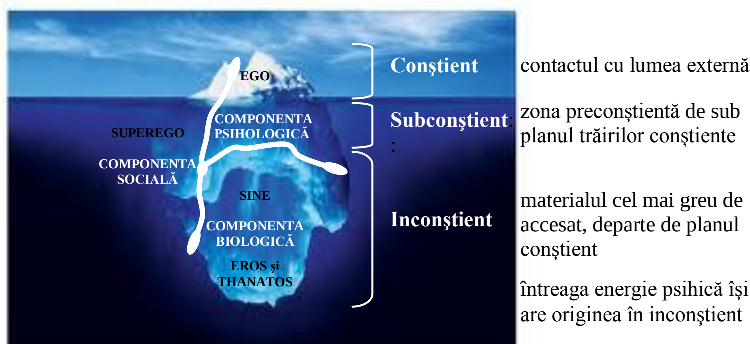
Indiferent de criticile pe care le-a primit de la apariţia sa şi de contestările aduse validităţii sale ştiinţifice a multor dintre presupoziţiile sau consecinţele sale, psihanaliza, ca perspectivă generală asupra psihicului uman, are meritul incontestabil de a aduce în prim plan existenţa şi importanţa proceselor inconştiente şi de a (re)pune în drepturi determinismul sexualităţii. În ciuda numeroaselor deficienţe şi erori, teoria psihanalitică asupra personalităţii rămâne cea mai complexă şi mai influentă teorie psihologică, influenţa ei depăşind cu mult graniţele domeniului şi penetrând mai toate celelalte domenii ale cunoaşterii omului şi chiar societatea în ansamblul său.

La baza teoriei psihanalitice stă ideea *determinismului psihologic* potrivit căruia absolut toate gândurile, emoţiile şi acţiunile noastre au cauze, şi că majoritatea sunt determinate de pulsiunile şi dorinţele noastre inconştiente, i.e. *determinismul inconştientului*. În accepţiunea psihanalizei freudiene personalitatea umană este structurată în trei sisteme majore: *Sinele*, *Eul* şi *Supraeul*.

Ego-ul reprezintă componenta psihologică şi este guvernat de *principiul realităţii*, constituit din procesele de ordinul doi, secundare de gândire, axat pe testarea realităţii.

Sine-le reprezintă componenta biologică guvernată de *principiul plăcerii*; compus din procesele primare de gândire şi este axat pe satisfacerea dorinţei. Instinctele *vieţii* şi ale *morţii* (Eros şi Thanatos) sunt legate de mintea inconştientă şi de Sine.

Super Ego-ul reprezintă componenta socială este constituit din imperativele morale şi conţine idealul Egoului şi al conştiinţei.



Modelul freudian al structurii personalităţii

Concepţia lui Freud asupra personalităţii umane a fost mult influenţată de către ideile fizicianului Hermann von Helmholtz. Acesta considera că fiziologia organismelor se supune legii conservării energiei care susţine că energia nu este creată sau distrusă, ci doar se transformă, putând lua diferite forme. La nivel psihic, susţine Freud, libidoul (de natură sexuală) sau pulsiunea sexuală ca instinct primar constituie rezervorul de energie care pune în mişcare şi explică întreaga dinamică a personalităţii individului. Dat fiind că acest instinct primar este orientat în permanenţă către satisfacerea imediată, dar realizarea sa poate şi este, de cele mai multe ori, împiedicată de către normele culturale şi morale impuse la nivelul psihicului prin Supra-Eu, acesta trebuie să se realizeze într-o formă prefăcută, o formă acceptabilă social. Astfel, impulsurile agresive atunci când nu se pot exprima direct se manifestă transfigurate în acte de competiție (participarea la sporturi, curse de maşini), performanţă (profesională, în diverse activităţi), verbal (remarci sarcastice, editoriale denigratoare, înjurături sau bârfă), simbolic (vise, reverie) sau sublimat (în acte de creaţie). Echilibrul psihodinamic al tensiunii de la nivelul inconştientului dintre imperativele morale ale Supra-eu-lui constituit social şi pulsiunile Sine-lui originar este mascat, la nivelul conştient, prin intermediul unor mecanisme de apărare menite să apere Eul de presiunea exercitată de celelalte două instanțe. Fiecare dintre cele trei instanţe poate deveni sursa unei forme de anxietate: *anxietatea nevrotică* inconştientă a pierderii controlului asupra pulsiunilor libidinale ale Sinelui generate de pedepsirea conduitelor nepotrivite; *anxietatea realistă* faţă de evenimentele lumii reale; şi *anxietatea morală* faţă de încălcarea principiilor etice ale Supra-Eu-lui.

Ca modalităţi de evitare ale acestor anxietăţi constituţionale structurii psihicului uman, individul îşi dezvoltă anumite mecanisme defensive. Acestea au rolul de a ne prezerva stima de sine şi identitatea personală faţă de evenimentele stresante din viaţa cotidiană, de a-l apăra de anxietatea generată de pulsiunile noastre naturale condamnate de viaţa civilizată, cât şi de frustrarea, neputinţa în faţa intangibilităţii idealurilor propriilor imperative morale.

După Freud, mecanismele de apărare au cinci caracteristici principale:

- ✓ sunt mijloacele principale de management al instinctelor şi afectelor;

- ✓ sunt inconştiente;
- ✓ sunt distincte (unele de altele);
- ✓ deşi sunt indici ale principalelor sindroame psihiatrice, ele sunt dinamice şi reversibile; şi, cel mai important,
- ✓ ele pot fi atât normale, cât şi patologice.

Dezvoltarea şcolii psihanalitice a condus la identificarea (sau imaginarea) a zeci de astfel de mecanisme de apărare. Ana Freud (2002, p. 36), de exemplu, identifică 10 mecanisme principale de apărare ale eului: *regresia*, *refularea*, *formațiunea reacțională*, *izolarea*, *anularea*, *proiecția*, *introiecţia*, *întoarcerea împotriva propriei persoane*, *transformarea în contrariu*, *sublimarea* sau *deplasarea scopului pulsiunii*.

Mecanismul	**Descrierea şi exemplificarea**
Negare	Refuzul vizibil de a accepta sau recunoaște un adevăr evident. *Alcoolicii sau persoanele dependente de droguri deseori neagă că ar avea vreo problemă cu consumul acestor substanţe*
Reprimare	Înseamnă excluderea, involuntară, a impulsurilor sau amintirilor traumatizante din conştiinţă. *Reprimarea amintirilor abuzurilor din copilărie, care de obicei afectează capacitatea de a lega relaţii apropiate cu alte persoane*.
Suprimare	Reprimarea voluntară a informaţiilor nedorite, dar care ajung să se manifeste ulterior inconştient în forme modificate. *Cazul simptomelor stresului post-traumatic*.
Sublimare	Exprimarea impulsurilor condamnate social prin convertirea lor în comportamente permise. *Exprimarea sentimentelor de furie şi agresiune prin practicarea boxului*.
Regresie	În faţa evenimentelor stresante revin la moduri de comportament imature utilizate anterior. *Ştirile rele care îl fac să izbucnească în plâns sau să se îmbufneze, să mănânce, fumeze excesiv, să devină verbal agresiv, ordinea sau dezordinea excesivă*
Transformare în contrariu	Reducerea anxietăţii prin exagerarea trăirii, impulsului sau conduitei opuse. *Comportarea excesiv de politicoasă cu o persoană pe care nu o agreăm*.
Deplasare	Orientarea frustrărilor, impulsurilor şi trăirilor negative asupra unei alte persoane sau obiect mai puţin ameninţător. *Descărcarea furiei împotriva şefului ierarhic la sfârşitul orelor de program asupra copiilor, animalelor de companie sau partenerului de viaţă*.
Proiecţie	Atribuirea calităţilor sau trăirilor noastre indezirabile unor alte persoane, într-o manieră exagerată. *Rasistul proiectează asupra grupului disprețuit propriile greșeli sau tendințe nemărturisite*.
Intelectualizare	Detaşarea emoţională de situaţia traumatizantă prin conceperea acesteia în termeni clinici, obiectivi. *O persoană aflată în stadiu terminal al unei afecţiuni care începe să înveţe totul despre acea boală*.
Raţionalizare	Atribuirea sau explicarea unei conduite sau trăiri indezirabile prin

	motive logice sau oportune, pentru mascarea adevăratelor motivații, cu un rol major în protejarea stimei de sine. *Refuzul unei propuneri de întâlnire explicat prin faptul că oricum nu exista o atracţie semnificativă sau atribuirea eşecului la un examen profesorului şi nu slabei pregătiri*.

Descrierea a 10 dintre mecanismele de apărare ale Eului

Nu există încă un consens asupra numărului (cea mai lungă listă, numită de specialişti „lista lui Valenstein”, ajunge la un total de patruzeci şi trei) sau măcar asupra denumirii tuturor mecanismelor de apărare, unul şi acelaşi mecanism putând figura cu nume diferite în clasificările diverșilor autori (e.g. mecanismele *izolării* şi al *întoarcerii către propria persoană* identificate de Ana Freud se regăsesc în lista lui George Eman Vaillant (1992) sub numele de *intelectualizare*, respectiv *agresiune pasivă*, iar *anularea retroactivă* este considerată a fi doar un subtip al *izolării*) (vezi Ionescu *et al*., 2007).

Cea mai consistentă clasificare a mecanismelor de apărare ale Eului rămâne cea propusă de Vaillant (1977), în care acestea sunt clasificate după patru niveluri: 1. apărările psihotice sau patologice (*distorsiunea*, *proiecția delirantă* şi *refuzul psihotic*); 2. apărările imature (*proiecția*, *fantezia schizoidă*, *ipohondria*, *agresiunea pasivă*, *activismul* (acting-out) şi *disocierea* sau *refuzul nevrotic*); 3. apărările nevrotice sau intermediare (*deplasarea*, *izolarea afectului*, *refularea* şi *formaţiunea reacţională*, fiind însă expres excluse de aici mai multe apărări imature precum clivajul, devalorizarea, idealizarea sau identificarea proiectivă); şi 4. apărările mature (*altruismul*, *sublimarea*, *reprimarea* sau *înlăturarea*, *anticiparea* şi *umorul*).

Deşi psihanaliza, atât ca teorie asupra personalităţii, cât şi ca practică psihoterapeutică derivată din aceasta, nu a fost validată ştiinţific, deschiderile epistemologice oferite de aceasta sunt, în marea lor parte, încorporate în sistemul cunoștințelor ştiinţifice. Existenţa mecanismelor defensive a ajuns să fie recunoscută indirect şi în psihiatria ştiinţifică, în DSM IV propunându-se chiar o scală a funcționării defensive, care include nu mai puțin de 31 de astfel de mecanisme.

În concepţiile psihanalitice ulterioare apar numeroase nuanţări şi abateri de la explicația monocromă libidinală a personalității umane, diverşi autori evidenţiind ca factori determinanţi în formarea şi dezvoltarea personalității: deschiderea către un conştient colectiv şi creşterea libertăţii de alegere personală (C.G. Jung), accentuarea valorii

conştiinţei şi chiar autonomia eului (Anna Freud), influenţele apreciabile ale socialului (Karen Horney, Erich Fromm), importanţa relaţiilor interpersonale precoce (cu precădere cele materne) (Melanie Klein) etc.

Teoria învăţării

Teoriile învăţării sociale sunt construite pe mecanismele *condiționării clasice* (John Broadus Watson, Ivan Petrovich Pavlov), a celei *operante* (Burrhus Frederick Skinner), a celei *mediate cognitiv* (Edward Chace Tolman) sau a celei *psihologice* (Arthur W. Staats). Date fiind rigorile pozitiviste ale behaviorismului clasic acesta este mult prea sărac în expresiile rezultatelor sale pentru a putea surprinde semnificativ bogăţia şi complexitatea personalităţii umane. Mai generoase, paradigmele neobehavioriste încorporează mai multe dimensiuni ale explicației, fapt de natură să le transforme în direcţii promiţătoare de studiu ale personalităţii umane.

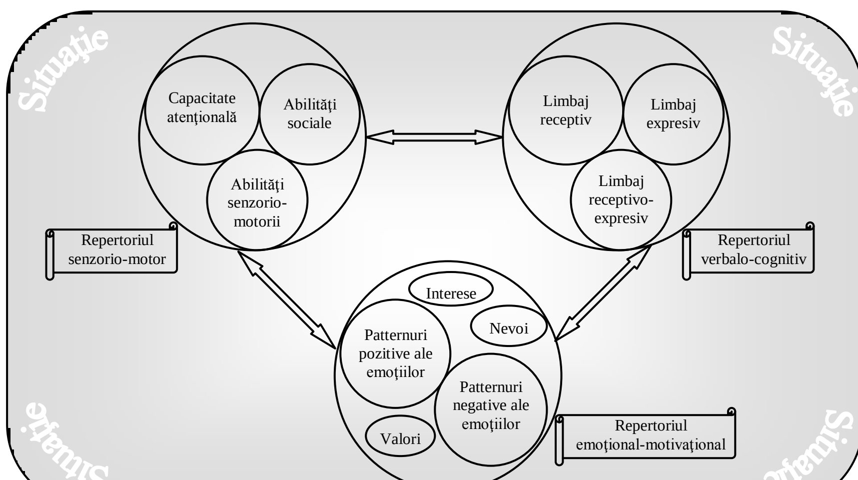
Acesta este şi cazul behaviorismului psihologic, fundamentat de psihologul american Arthur W. Staats, care reuşeşte translarea conceptelor personalităţii în limbajul comportamentelor. Acesta împărtăşeşte convingerea lui Skinner că personalitatea este construită prin învăţare, într-o măsură mai mare decât este condiţionată biologic. Dar dacă „biologicul asigură mecanismul, învăţarea oferă conţinutul" (Staats, 1996, p. 184). Spre deosebire de teoria clasică, behaviorismul psihologic încorporează şi alte principii psihologice dincolo de învățarea pură şi comportamentul observabil, precum: influenţele biologice, interacţiunea socială, dezvoltarea copilului şi evaluarea trăsăturilor. Staats consideră că personalitatea, formată din repertorii comportamentale de bază (RCB), este cauza conduitei. RCB sunt serii de comportamente care se constituie în primii ani de viaţă şi se continuă peste decenii în maturitate. Astfel repertoriile comportamentale determină comportamente diferite. Cele mai importante repertorii reprezintă pietrele de temelie pentru învățarea complexă ulterioară. Aceste RCB se prezintă în trei forme:

- Repertoriul emoţional-motivaţional este cel ce include răspunsurile emoţionale la diverşi stimuli, expresii emoţionale care sunt influenţate de nevoi, interese şi valori şi care influențează, la rândul lor, inclusiv inteligenţa;

- Repertoriul verbalo-cognitiv care se fundamentează pe aspectul fundamental cognitiv al limbajului. Gândurile şi vorbirea auto-dirijată pot direcţiona la fel de bine comportamentul, cât şi aşteptările şi erorile unui individ. Acesta include atât mecanismele de apărare identificate de psihanaliză, cât şi conceptul sinelui personal şi este decisiv pentru buna reuşită a adaptării psihice a individului la lumea exterioară prin învăţare sănătoasă. Persoanele neadaptate au eşuat în învăţarea fundamentelor funcţionării sociale, responsabilităţii personale, empatiei faţă de ceilalţi, etc. Dezvoltarea ideală a personalităţii înseamnă formarea unui concept pozitiv despre sine, auto-descripţii utile;
- Repertoriul senzorio-motor este legat de formarea abilităţilor corporal-kinestezice. Mişcările corpului nostru ne reflectă concepţia asupra masculinităţii şi feminităţii şi încrederea în noi înşine.

Celebra dilemă clasică a originii persoanei umane naturală sau dobândită se dizolvă în cadrul acestei perspective în care evoluţia ne-a dat posibilitatea de a învăţa în medii noi pentru a putea supravieţui. Noi ne adaptăm prin învăţare, dar biologia noastră este cea care face posibilă învăţarea. Învăţarea, la rândul ei, ne poate influenţa biologia prin faptul că poate restructura conexiunile sinaptice din creier şi asigură bunăstarea şi chiar dezvoltarea corpurilor dându-ne astfel posibilitatea de a trăi mai mult. Orice proces psihic este în fond (şi) un proces biochimic.

Situaţia, mediul extern, poate afecta comportamentul în trei moduri (teoria atitudine-întărire-comportament): situaţiile pot determina trăiri şi *atitudini* (A), care au fost asociate cu plăcere sau ameninţare în trecut; ele pot asigura *întăriri* (Î) precum atenţia pozitivă din partea egalilor sau audienţei; şi pot ghida *comportamentul* (C) prin programarea pasului următor logic în fiecare etapă a învăţării.



Axate, în principal, pe explicarea modului şi a mecanismelor de achiziţie/formare a caracteristicilor de personalitate, modelele învăţării nu ne oferă, din păcate, şi o descriere a sistemului personalităţii. Unele dintre acestea, în conjuncție cu analize de psihologie socială sau culturală, pot duce la tablouri cu mai multe valenţe descriptive, precum este cazul modelului originii culturale a personalităţii. Aceasta pleacă de la constatarea că dat fiind că mecanismele de învățare socială sunt universale, diferențele dintre tipurile de personalitate se datorează mai degrabă caracteristicilor mediului de învăţare, i.e. cultura din care provine individul. Studii de antropologie culturală au arătat că multe dintre calităţile considerate a fi trăsături de personalitate sunt determinate de cultura de apartenenţă. Astfel, în aşa numitele „culturi ale onoarei" este mult mai probabil ca bărbaţii să reacționeze agresiv pentru redobândirea onoarei decât cei din alte culturi, la fel cum indivizii din „culturi individualiste", care încurajează formarea unei identităţi personale stabile, autonome şi independente, se vor defini în alţi termeni decât cei din „culturile colectiviste". În „culturile monocronice" se pune accentul pe ordine, planificare riguroasă, punctualitate şi perseverenţă (e.g. germanii), pe când „culturile policronice" sunt caracterizate prin flexibilitate, simultaneitatea activităţilor şi importanţa acordată relaţiilor interpersonale (e.g. francezii sau americanii). Analizele întreprinse de psihologul social Geert Hofstede, în peste 64 de ţări, au arătat că există influenţe naţionale şi regionale extrem de stabile în timp şi care afectează comportamentul indivizilor şi organizaţiilor. Cinci dimensiuni sunt cu precădere influenţate de specificul naţional:

- *Raportarea la colectivitate* (individualism vs. colectivism);
- *Distanţa faţă de putere* (scăzută vs. ridicată);
- *Gradul de evitare a incertitudinii* (scăzut vs. ridicat);
- „*Orientarea de gen*" (masculinitate vs. feminitate);
- *Orientarea temporală* (pe termen scurt vs. pe termen lung).

Unele dintre diferenţele de personalitate pot fi explicate de diferenţele culturale. Este de aşteptat ca persoanele din culturile colectiviste să fie într-o mai mare măsură altruişti, cei dintr-o cultură caracterizată de o distanţă faţă de putere mai mare să prefere munca şi deciziile în colectiv, să fie mai conformişti şi mai ascultători, iar cei dintr-o cultură cu un grad ridicat de evitare a incertitudinii să fie mai nesiguri, temători de situaţii ambigue, conservatori şi extremişti. Persoanele dintr-o cultură axată pe valori „masculine" vor fi mai revendicativi, orientate către succesul material, competiţie şi prosperitate, pe când la cele din societățile orientate către „feminitate" vor predomina grija pentru ceilalţi, perseverenţa şi egalitatea. În acelaşi mod, indivizii societăților orientate pe termen lung vor pune accentul pe activitățile, caracteristicile sau atitudinile care influențează viitorul precum perseverenţa, planificarea sau cumpătarea, pe când pentru cele din societățile cu orientare pe termen scurt, prioritate vor avea caracteristicile şi/sau atitudinile influențate de trecut sau prezent precum stabilitatea şi securitatea, protejarea onoarei, respectul pentru tradiție şi reciprocitatea.

Acest model conceptual al personalităţii nu este însă atât de stabil şi nici măcar esenţial şi nu poate surprinde comportamentele sau acţiunile individuale. Mai mult de atât, diferenţele naţionale explică maxim 4 procente din varianţa valorilor individuale (ceea ce înseamnă că 96% dintre diferenţele dintre indivizi s-ar datora altor factori). Acest ultim aspect este legat, în principal, de fenomenele legate de globalizare, care determină omogenizarea diferenţelor naţionale, datorită creşterii circulaţiei şi migraţiei internaţionale, intensificării şi accelerării contactelor şi schimburilor interculturale, astfel încât, diferențele culturale sunt mai puţin legate de identitatea naţională, cât de mediul cultural de viaţă. Prin urmare, influenţa dimensiunii culturale asupra structurii de personalitate rămâne un aspect care merită atenţia cercetătorilor fie şi măcar datorită implicaţiilor economice şi politice.

Teoria umanistă

Studiile de psihologie cognitivă arată că percepţiile de sine ale oamenilor diferă extrem de mult de la o cultură la alta, astfel încât aproape s-ar putea spune că personalitatea umană este, în primul rând, un produs al culturii (Cross şi Markus, 1999). Pentru americani şi europeni sinele este considerat autonom şi distinct de ceilalţi sau de

situaţii şi există o deplină libertate de alegere a credinţelor şi faptelor. Identitatea personală este constituită din dorinţele, interesele şi capacităţile individului care are puterea, dar şi responsabilitatea, de a-şi crea propriul sine aşa cum doreşte, fără a se lăsa controlat sau influenţat de intenţiile şi situaţiile externe. În multe culturi asiatice, sinele nu este văzut ca o entitate separată, ci ca fiind interconectat cu şi prin relaţiile şi obligaţiile pe care persoana le are faţă de ceilalţi (Smith *et al*. 2005).

Dezvoltarea sinelui în aceste culturi colectiviste are ca pilon principal ajustarea şi modelarea pentru a se potrivi cât mai bine în interiorul grupului social şi nicidecum afirmarea şi exprimarea individualităţii sinelui. Aceste diferenţe pot fi explicate, din perspectiva psihologiei cognitiviste, prin diferenţele care există între schemele cognitive de interpretare a realităţii, pe care indivizii le achiziţionează, în propria lor cultură. *Schemele* sunt structuri cognitive care specifică proprietăţile generale ale unui obiect sau eveniment, lăsând la o parte orice aspect specific sau contingent, prin intermediul cărora percepem, organizăm, procesăm, stocăm, şi utilizăm, ulterior, informaţiile despre realitate. ,,Realitatea există independent de gândirea umană, dar semnificaţia pe care o dăm realităţii este o construcţie a noastră, a fiecăruia.” (Kelly, 1955) Utilizarea acestor scheme cognitive duce la identificarea lucrurilor importante din mediul social şi cultural al individului. Aceste tipare prin care indivizii ajung să perceapă realitatea înconjurătoare sunt relativ stabile în timp. Din copilărie ne formăm o schemă despre mamă, despre prietenie, despre îndatoriri şi obligaţii, despre drepturi şi libertăţi, ca şi despre sinele propriu. Oameni diferiţi pot avea scheme formate din elemente identice, dar dintre acestea pot fi considerate centrale unele sau altele. Generozitatea şi posesia de exemplu, pot fi categorii de interpretare a realităţii existente în concepţia a doi indivizi, dar cel care consideră importantă generozitatea va avea un comportament mai altruist decât cel pentru care posesia este elementul central.

Pornind de la această ipoteză, George Kelly suţine că, în loc să studiem personalitatea plecând de la grila de trăsături identificate de psihologi, este mult mai relevant dacă pornim de la constructele personale ale acestora, prin intermediul cărora ei se interpretează şi înţeleg pe ei înşişi şi lumea lor socială. Această abordare se numeşte *fenomenologică.* Aceste constructe sunt judecăţi apreciative, structurate sub formă de perechi de dimensiuni opuse (*bipolare*), pe care indivizii le folosesc pentru a (se) descrie şi a(-şi) da semnificaţie persoanelor şi

evenimentelor din jurul lor. Constructele de personalitate *se modifică în funcţie de interpretarea evenimentelor, nu formează sisteme izolate*, ci sunt organizate pe baza relaţiilor care se stabilesc între ele. Se consideră că fiecare ar avea câte un set de 8 sau 9 constructe (ierarhice) supraordonate şi altele, mai numeroase, subordonate.

Datorită specificului fenomenologic, această abordare explică mai degrabă modul în care individul înţelege şi interpretează ceea ce i se întâmplă, decât descrie personalitatea. Din acest motiv, în capitolul consacrat motivaţiei, va fi prezentată mai detaliat, una dintre cele mai cunsocute dintre teoriile umaniste asupra personalităţii, cea a lui Abraham Maslow.

Trăsăturile de personalitate

Cea mai frecventă modalitate de abordare şi definire a personalităţii, şi care a intrat deja în cunoaşterea comună, rămâne clasica structurare după trăsăturile de personalitate. *Trăsăturile de personalitate* pot fi definite ca *„acele însuşiri pe care le putem atribui unei persoane, considerând că o caracterizează”* (Cosmovici, 1991). În psihologia tradiţională, trăsăturile unei persoane au fost împărţite în trei mari grupe: *aptitudinile, temperamentul şi caracterul.*

Aptitudinile

desemnează *„substratul constituţional al unei capacităţi, care preexistă acesteia, care va depinde de dezvoltarea naturală a aptitudinii, de formarea educativă, eventual şi de exerciţiu”* (Piéron, 2001). Aptitudinea este diferită de capacitate, deoarece este doar o virtualitate, în timp ce capacitatea poate fi evaluată, este observabilă. Subsistemul aptitudinal al personalităţii are o structură complexă. Diferenţierea şi clasificarea elementelor sale poate fi făcută după criteriul sferei de solicitare şi implicare în cadrul activităţii. În acest sens putem vorbi despre *aptitudini generale* şi *aptitudini speciale.*

Aptitudinea generală este considerată acea aptitudine care este solicitată şi intervine în orice fel de activitate a omului sau în rezolvarea unor clase diferite de sarcini. Aptitudinile generale alcătuiesc repertoriul instrumental-adaptativ al individului. Ele pot fi împărţite în aptitudini senzorio-motorii şi aptitudini intelectuale.

Aptitudinile generale senzorio-motorii se leagă de toate situaţiile concrete care reclamă discriminarea şi identificarea obiectelor şi efectuarea unor acţiuni directe cu ele sau asupra lor. În schema lor de organizare şi funcţionare se includ caracteristicile analizatorilor (pragurile sensibilităţii, dinamica generală a sensibilităţii, acuitatea senzorială, capacitatea de admisie, capacitatea de procesare informaţională, capacitatea de fixare-păstrare etc.), precum şi caracteristicile structural-dinamice ale aparatelor motorii (viteză/rapiditate, forţă, fineţea şi melodicitatea mişcărilor, tempo, ritm, precizie etc.)

Aptitudinile generale intelectuale reunesc mai multe funcţiuni psihice care, pe de o parte, sunt implicate în toate formele de activitate, iar pe de altă parte, sunt proprii tuturor oamenilor, cum ar fi memoria, imaginaţia şi inteligenţa propriu-zisă. În mod curent însă, în calitate de aptitudine generală intelectuală este considerată doar inteligenţa, ei subsumându-i-se atât memoria cât şi imaginaţia.

Aptitudinile speciale sunt structuri instrumentale ale personalităţii care asigură obţinerea unor performanţe deasupra mediei în anumite sfere particulare de activitate. Termenul trebuie însă luat în sens relativ, o aptitudine este specială în raport cu alta mai generală, al cărei caz particular este, şi poate fi generală în raport cu alta care are o sferă mai îngustă de acţiune.

Clasificarea aptitudinilor speciale se poate face după genul activităţii în cadrul căreia se manifestă. În acest sens, putem vorbi despre *aptitudini artistice* (pentru literatură, muzică, sculptură, pictură, actorie etc.), *aptitudini ştiinţifice* (pentru matematică, fizică, biologie etc.), *aptitudini tehnice* (aptitudini pentru proiectarea, producerea şi întreţinerea unor maşini), *aptitudini sportive, aptitudini manageriale* etc.

Temperamentul

cuprinde aspectele formale ale afectivităţii şi reactivităţii motorii. El se referă la însuşiri, de natură biologică, considerate ca ereditare, dar care capătă sens temperamental, i.e. psihologice, numai în plan psiho-comportamental. Însuşirile dinamico-energetice ca atare sunt înnăscute, dar integrarea lor în plan psiho-comportamental se realizează în cursul ontogenezei. Temperamentul ţine, mai precis, de modul în care caracteristicile biochimice şi fiziologice şi de metabolism determinate genetic, cele care asigură substratul energetic necesar funcționării

organismului, se *psihizează,* se regăsesc în desfăşurarea principalelor procese psihice şi în comportament (Golu, 2000).

După cum vom vedea, puterea inexorabilă cu care ni se impune tipul de temperament, i-a făcut pe mulţi să considere că acesta este atât de important pentru personalitatea individului încât tipologiile profilelor de personalitate se suprapun peste cele generate de tipologiile temperamentale.

Când vorbim de temperament, în plan psihologic, ne gândim la modul în care reacţionează şi se manifestă individul sub aspect dinamico-energetic, în diferite situaţii externe: rapiditatea percepţiilor, a răspunsurilor verbale la întrebări, a reacţiilor motorii, intensitatea trăirilor emoţionale şi durata lor, intensitatea şi forţa acţiunilor voluntare, echilibrul sau impulsivitatea derulării răspunsurilor, gradul de impresionabilitate la semnificaţia stimulilor, direcţia orientării dominante (*extraversie* sau *introversie*), locul controlului, disponibilitatea la comunicare interpersonală, obedienţa sau tendinţa de a domina, rezistenţa la frustraţii, la stres, la situaţii de conflict.

Diferenţele temperamentale sunt direct legate de caracteristicile sistemului nervos central, de aceea el se manifestă în orice situaţie în care individul se manifestă, fiind primul care se observă. Nici nu este de mirare că primele descrieri şi tipologii apar încă din antichitate, în Egipt sau Mesopotamia, şi au fost dezvoltate ulterior chiar într-o teorie medicală de fizicianul grec Hipocrat. Pe atunci se credea că anumite fluide din corp, i.e. „umori”, determină stările, emoţiile şi comportamentele noastre. Această viziune era evident profund filosofică şi cosmogonică, existând corelaţii între temperamente, procesele biochimice din organism, activitatea organelor, anotimpurile anului şi caracteristicile de personalitate (Keirsey, 1999).

Umoare	Anotimp	Element	Organ	Calităţi	Nume	Caracteristici
sânge	primăvara	aer	organ	cald şi umed	sanguin	curajos, încrezător, iubitor
bila galbenă	vara	foc	splina	cald şi uscat	coleric	se înfurie uşor, necontrolat
bila neagră	toamna	pământ	vezica biliară	rece şi uscat	melancolic	deprimat, agitat, iritabil
flegma	iarna	apă	creier/ plămâni	rece şi umed	flegmatic	calm, insensibil

Cele patru temperamente şi caracteristicele lor în sistemul lui Hipocrate

În perioada modernă, studiind emoţiile şi timpii de reacţie, psihologul german Wilhelm Maximilian Wundt a remarcat că

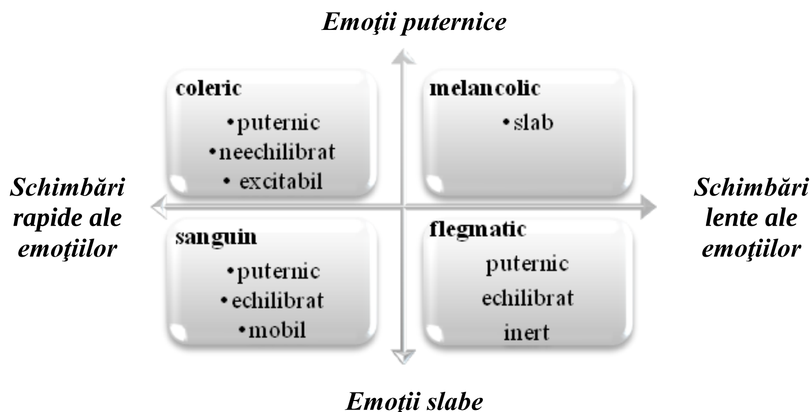
„Temperamentul este în raport cu emoţia precum excitabilitatea în raport cu sensibilitatea senzorială”, astfel că tipurile de temperamente pot fi împărţite după două axe: *puterea emoţională* şi *rapiditatea de schimbare*. Ulterior, psihologul rus Ivan Petrovici Pavlov a încercat să dea o întemeiere ştiinţifică a fiziologiei temperamentului şi a identificat trei caracteristici principale ale funcţionării psihice: *forţa, mobilitatea* şi *echilibrul*.

Forța sau **energia** reflectă încărcătura energetică a neuronilor, reactivitatea acestora şi se referă la capacitatea de lucru a sistemului nervos, rezistenţa acestuia la excitanți puternici şi stres. Din acest punct de vedere se poate vorbi despre sisteme nervoase *puternice* şi *slabe*.

Mobilitatea se referă la dinamica proceselor nervoase, flexibilitatea acestora dată de viteza, durata desfăşurării şi rapiditatea de schimbare. Capacitatea de a trece cu uşurinţă de la excitație la inhibiție şi invers, în funcție de solicitările externe este caracteristică unui sistem nervos *mobil*, o mobilitate redusă indică un sistem nervos *inert*.

Echilibrul sistemului nervos este rezultatul raportului dintre excitaţia şi inhibiţia sistemului: atunci când predomină procesele de excitaţie vorbim de *impulsivitate*, când predomină inhibiţia de *inhibare* şi de *echilibru* când raportul este egal.

Din combinarea acestor însuşiri rezultă patru tipuri de sistem nervos care corespund, în linii mari, cu tipologia antică.

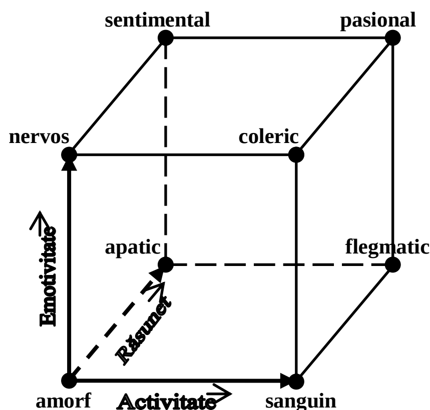


Corespondenţa dintre tipurile temperamentale: Hipocrat, Pavlov, Wundt

Ulterior, psihologii olandezi Gerard Heymans şi Enno D. Wiersma au propus o tipologie a temperamentelor mult mai detaliată şi

nuanțată care va fi dezvoltată, mai apoi, de psihologii francezi Rene Le Senne şi Gaston Berger. Din acest motiv această tipologie se numeşte tipologia şcolii olandezo-franceze sau tipologia Heymans-Wiersma-Le Senne.

Aceştia au considerat că scheletul personalităţii individului este format dintr-un ansamblu de trei dispoziţii înnăscute fundamentale: emotivitatea, activitatea şi „răsunetul” (ecoul).



Cubul temperamentelor a lui Heymans

Răsunetul se referă la modul în care rezonăm sau *ecoul* pe care îl au asupra noastră evenimentele şi la impresii, dacă suntem afectaţi de efectele primare, imediate ale conţinuturile de conştiinţă sau de efectele lor secundare. Efectele secundare apar ca stări care se prelungesc mult după ce conţinuturile originale s-au estompat. Persoanele primare sunt cele în cazul cărora conţinuturile de conştiinţă actuale le determină comportamentul şi procesele psihice. Aceste persoane sunt extraversive şi trăiesc cu intensitate prezentul. Persoanele secundare sunt cele introversive, care au tendința de a rămâne mai mult sub influenţa impresiilor trecute. Această funcție este legată de timp şi se referă la durata proceselor şi comportamentelor, precum şi rapiditatea cu care se schimbă de la o stare la alta (ca în clasificarea lui Wundt).

Emotivitatea se referă la caracteristicile formale ale emoţiilor – sensibilitatea sau excitabilitatea –, exprimând reacţiile afective ale

persoanelor faţă de situaţii. Emotivii sunt extrem de sensibili afectiv, ei au tendinţa de a fi puternic impresionaţi chiar şi de lucruri mărunte. Non-emotivii, dimpotrivă, sunt aceia care se emoționează greu, iar emoţiile trăite sunt de slabă intensitate. Ambele caracteristici pot fi pozitive sau negative.

Activitatea se referă, în primul rând, la dispoziția spre acțiune, comportamentul intenţional sau operaţional al unei persoane şi se exprimă în cantitatea de timp pe care o petrece persoana în executarea anumitor sarcini. Persoanele active sunt cele caracterizate printr-o dispoziţie continuă spre acţiune şi care nu pot sta locului. Cele non-active acţionează de cele mai multe ori parcă împotriva voinţei lor, cu efort şi plângându-se în permanenţă. Din combinarea celor trei dimensiuni rezultă opt tipuri fundamentale de temperamente.

Răsunet	Emotivitate	Activitate	Temperament	Valoare
primari	non-emotivi	non-activi	amorf	plăcerea
secundari	non-emotivi	non-activi	apatic	liniștea
primari	emotivi	non-activi	nervos	divertismentul
secundari	emotivi	non-activi	sentimental	intimitatea
primari	non-emotivi	activi	sangvinic	succesul social
secundari	non-emotivi	activi	flegmatic	legea
primari	emotivi	activi	coleric	acțiunea
secundari	emotivi	activi	pasionat	opera

Tipologia temperamentală Heymans-*Wiersma*-*Le Senne* după Jan Strelau (1998)

<u>*Caracteristicile temperamentelor*</u>:

- nu sunt *pure* – la nivelul individului regăsim nuanţe şi amestecuri din fiecare tip;
- sunt *neutre* – temperamentele nu sunt nici bune, nici rele, fiecare având plusuri şi minusuri;
- sunt *înnăscute* – depind de caracteristicile şi dinamica mecanismelor neurofiziologice;
- pot fi *compensate* şi chiar *mascate* (colerici care, în aparenţă, sunt melancolici) prin contrabalansarea lor prin mecanisme şi însuşiri caracteriale, un nivel energetic scăzut, printr-o bună organizare a comportamentelor şi dezvoltarea mai accentuată a unor aptitudini compensatorii;
- sunt *educabile*, pot fi modelate prin voinţă şi exerciţiu susținut.

Caracterul

exprimă schema logică de organizare a profilului psiho-social al personalităţii, considerat din perspectiva unor norme şi criterii valorice. El include: a) concepţia generală despre lume şi viaţă a subiectului; b) sfera convingerilor şi sentimentelor socio-morale; c) conţinutul şi scopurile activităţilor; d) conţinutul aspiraţiilor şi idealurilor (Golu, 2005). În structura caracterului se regăsesc elemente de ordin *afectiv* (emoţii, sentimente), *motivaţional* (interese, trebuinţe, idealuri), *cognitiv* (reprezentări, concepte, judecăţi) şi *volitiv*. Ele ţin de esenţa socială a individului şi mediază raporturile lui cu ceilalţi semeni şi cu societatea în ansamblu. Caracterul se implică şi se manifestă doar în situaţii sociale.

Trăsăturile de caracter se pot împărţi în *trăsături globale* şi *trăsături particulare.*

Trăsăturile globale includ pe cele ca: *unitatea caracterului* (care face ca, în ciuda variaţiilor situaţionale, linia de conduită a unei persoane să îşi păstreze o anumită constanţă şi identitate), *originalitatea* (care exprimă specificitatea, individualitatea caracterului, gradul de deosebire a unui caracter de altul), *plasticitatea* (care se referă la disponibilitatea structurilor caracteriale de a se schimba, de a se adapta la dinamica vieţii sociale), *stabilitatea scopului* (care reflectă gradul de ierarhizare şi integrare a motivelor care imprimă orientarea generală a subiectului în viaţă), *integritatea* (care exprimă rezistenţa caracterului la influenţele şi presiunile din afară).

Trăsăturile particulare pot fi grupate în: *trăsături de natură cognitivă* (reflexivitatea, obiectivitatea, spiritul critic sau opusul lor), *trăsături de natură afectivă* (sentimentalismul, timiditatea), *trăsături de natură motivaţională* (lăcomia, rapacitatea, avariţia, mercantilismul şi opusele lor), *trăsături de natură intersubiectivă* (solicitudinea, spiritul de cooperare, spiritul de întrajutorare, altruismul şi opusele lor), *trăsături de natură morală* (bunătatea, cinstea, corectitudinea, demnitatea şi opusele lor), *trăsături de natură voliţională* (curajul, independenţa, perseverenţa, fermitatea, hotărârea, consecvenţa, autocontrolul şi opusele lor). Lista trăsăturilor particulare este însă mult mai lungă, apreciindu-se că numărul lor trece de zece mii.

Sursa principală de informaţii asupra trăsăturilor de caracter rămâne observarea comportamentelor reale ale subiecţilor în situaţii mai mult sau mai puţin semnificative.

Atitudinile

Sistemul atitudinal, ca o componentă importantă a personalităţii, a caracterului mai bine zis, a făcut, mai ales în psihologia socială, obiectul a numeroase cercetări. Una dintre definiţiile celebre date atitudinilor, definiţie care îşi menţine şi astăzi valabilitatea, este cea a lui Gordon W. Allport, din 1935: *„O atitudine este o stare de pregătire mintală şi neurală, organizată prin experienţă, care exercită o influenţă diriguitoare sau dinamizatoare asupra răspunsului individual la toate obiectele şi situaţiile cu care este în relaţie.”*

Plecând de la această definiţie pot fi reliefate câteva dintre caracteristicile atitudinilor. În primul rând, atitudinile, ca stări de pregătire mentală şi neurală, nu pot fi observate şi măsurate direct. Ceea ce putem observa este comportamentul subiecţilor, fie că este vorba de comportamentul care exprimă atitudinea, fie că este vorba despre comportamentul orientat şi dinamizat de atitudinea respectivă. Putem deci, de exemplu, observa, înregistra şi măsura opiniile, care sunt expresii verbale ale atitudinilor, dar nu atitudini ca atare.

În al doilea rând, trebuie remarcat că atitudinile se achiziţionează în decursul vieţii individului, fie ca urmare a experienţei directe a acestuia, a contactului său cu un anumit obiect atitudinal, fie prin procese indirecte de învăţare socială şi de influenţă socială.

În al treilea rând, oricărei atitudini îi corespunde un „obiect” atitudinal, la care se raportează subiectul atitudinii, cu care acesta din urmă se află într-o anumită relaţie.

În ceea ce priveşte structura atitudinilor, încă din 1960 Milton J. Rosenberg şi Carl I. Hovland au propus un model care subliniază interdependenţa a trei tipuri de componente: a) *afectivă* (emoţii, simţăminte, sentimente, împreună cu reacţiile fiziologice ce le însoţesc); b) *cognitivă* (cunoştinţele despre obiectul atitudinii şi despre caracteristicile acestuia, credinţele, pe baza cărora se fac evaluări pozitive sau negative); şi c) *comportamentală* (sau intenţionalitatea acţiunii).

Componenta afectivă a atitudinii are o importanţă deosebită; ea este cea care dă o anumită coloratură atitudinii, o orientare şi o anumită intensitate. Atitudinile unui anumit individ, în legătură cu un anumit obiect atitudinal, sunt orientate pozitiv sau negativ şi au o anumită intensitate; se situează într-o anumită poziţie pe o scală unidimensională

care are la o extremă acordul şi la cealaltă dezacordul, plăcutul, respectiv neplăcutul.

Atitudinile formează, la nivelul individului, un sistem. Aceasta înseamnă că nu există atitudini izolate, ci că ele se află în anumite relaţii atât pe orizontală, cât şi pe verticală. De exemplu, atitudinile etnice sunt legate de atitudinile politice şi acestea la rândul lor pot fi legate de atitudinile faţă de proprietate. Pe de altă parte, atitudinile sunt organizate în lanţuri ierarhice, cele de nivel superior bazându-se pe cele de nivel mediu, care, la rândul lor se bazează pe cele de nivel inferior. Această structurare pe verticală este legată de gradul de abstractizare a obiectelor atitudinale. Dacă ne gândim la exemplul atitudinilor etnice, poate fi imaginată următoarea ierarhizare: la nivelul cel mai înalt se plasează atitudinea faţă de om, care este, în acest caz atitudinea primară. Pe aceasta se formează atitudinea faţă de naţiune (atitudine secundară), care constituie fundamentul atitudinii faţă de grupurile etnice. Locul pe care îl ocupă o atitudine în acest sistem ierarhizat, adică centralitatea ei, este foarte important pentru că în funcţie de această centralitate, ea are o stabilitate mai mare sau mai mică.

Atitudinile au funcţii importante în sistemul personalităţii, în viaţa psihică a oamenilor. Printre aceste funcţii putem aminti:

1. *Funcţia instrumentală,* constând în faptul că oamenii, având atitudini formate, se orientează spre obiectele care conduc la recompense şi evită obiectele asociate cu sancţiuni negative;
2. *Funcţia de apărare a eului,* de protejare a imaginii de sine;
3. *Funcţia expresivă,* de exprimare a valorilor interiorizate de indivizi;
4. *Funcţia de cunoaştere,* de structurare a stimulilor din ambianţă.

Importanţa pentru individ a atitudinilor este, deci, legată de faptul că ele îl ajută să se orienteze în mediul înconjurător, îi orientează comportamentul. Cunoaşterea atitudinilor este foarte importantă, şi de aici eforturile care se fac în acest sens, pentru a putea prevedea comportamentele oamenilor. Trebuie însă să facem precizarea că relaţia dintre atitudini şi comportamente nu este una simplă, de generare directă. Aceeaşi atitudine, de exemplu, poate să genereze comportamente diferite la subiecţi diferiţi, în funcţie de alte elemente ale personalităţii acestora sau, la acelaşi subiect, în momente diferite ale existenţei sale, în funcţie de anumite caracteristici ale situaţiei concrete în care el se află. Pe de altă parte, acelaşi comportament poate fi generat

de atitudini diferite la subiecţi diferiţi. Putem să facem cu mai mare precizie previziuni asupra atitudinilor unui individ observându-i comportamentul decât să facem previziuni asupra comportamentului său viitor cunoscându-i atitudinile.

Motivaţia

Analiza comportamentelor, a cauzelor lor, dar mai ales, încercarea de a face previziuni în legătură cu aceste comportamente presupune analiza motivaţiilor. Motivaţia *reprezintă totalitatea factorilor din organism care determină iniţierea, direcţionarea şi menţinerea sau schimbarea comportamentelor şi acţiunilor umane*.

Există mai multe teorii care încearcă să explice motivaţiile comportamentului uman. Iată, foarte pe scurt, câteva dintre acestea.

Teoriile ereditar-evoluţioniste susţin că există tipare (pattern-uri) de comportament înnăscut, caracteristice speciei umane şi care se manifestă automat în exterior, când sunt îndeplinite anumite condiţii. Este vorba despre teoria „instinctelor” a lui William McDougall sau cea a „genelor” a lui Edward O. Wilson.

Teoriile hedoniste pun în centru ideea că fiinţele umane se comportă după principiul căutării plăcerii şi evitării durerii, atât plăceri sau neplăceri strict fiziologice, cât şi de ordin psihic (Epicur, John Locke, Jeremy Bentham sau Ludwig von Mises).

Teoriile psihanalitice mizează în explicarea comportamentului pe subconştient, esenţa motivaţiei constând în conflictul dintre pachetul de instincte înnăscute (Id-ul), în centrul căruia se situează libidoul sexual şi rigoarea normelor sociale interiorizate (Supraeul). Eul, în principiu raţional, se străduieşte să împace cele două realităţi psihice, însă rezultatul este, de obicei, instituirea şi funcţionarea unei motivaţii subconştiente pregnante.

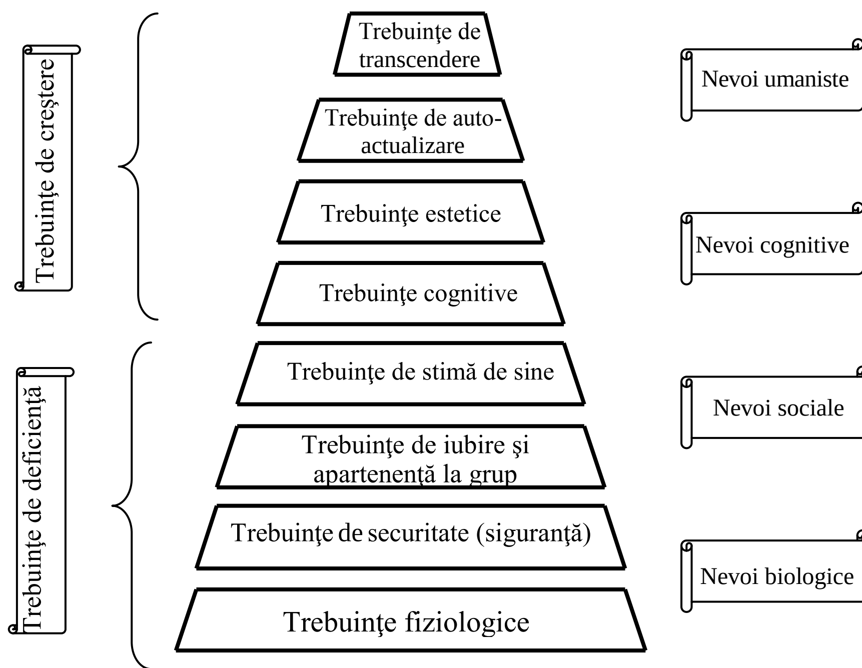
Teoria homeostazică consideră că organismul tinde să-şi menţină starea normală, care este una de echilibru. Când echilibrul este perturbat, organismul reacţionează în vederea restabilirii lui. Dezechilibrele se traduc în plan psihic prin apariţia unor trebuinţe. *Trebuinţa este trăirea unei stări de dezechilibru provocată, de obicei, de o lipsă*. Ea dă naştere la tendinţe sau impulsuri care constau într-o pornire către acţiune spre reabilitarea echilibrului. Când trebuinţa este conştientă, vorbim de dorinţă.

Sistemul ierarhic al motivaţiilor

Deşi este un truism faptul că omul este o fiinţă condusă şi motivată de satisfacerea nevoilor, nu prea există consens în ceea ce priveşte numărul, identitatea, tipul şi importanţa acestora. Există numeroase clasificări ale motivaţiilor comportamentului uman. Institutul pentru Excelenţa în Management enumeră, spre exemplu, nu mai puţin de nouă: nevoia de *securitate*, *aventură*, *libertate* de *schimburi*, *putere*, *expansiune*, *acceptare*, *comunitate* şi *expresie*. Clifford T. Morgan consideră că există două mari categorii de motivaţii: *imbolduri primare,* cele care satisfac o nevoie fiziologică a organismului precum foamea, setea, viaţa sexuală, somnul, dar şi imbolduri mai generale, cum ar fi afecţiunea, teama, mişcarea, manipularea sau dorinţa de explorare şi *imbolduri secundare* cum sunt motivele sociale sau temerile şi neliniştile dobândite care au fost învăţate. Este de asemenea demnă de amintit distincţia care se face între motivele *intrinseci,* care ţin de specificul unei anumite activităţi şi motivele *extrinseci,* care sunt exterioare activităţii respective, dar îl motivează pe individ să realizeze acea activitate. Nitin Nohria (*şi colab*.) enumeră drept nevoi fundamentale nevoia *de a dobândi*, *de legătură*, *de a învăţa* (şi de a da un sens lumii şi nouă înşine) şi *de a ne apăra*; Michael Thompson (*şi colab*.) consideră trei nevoi primare: *de conectare, recunoaştere* şi *putere*; Richard M. Ryan şi Edward L. Deci identifică trei nevoi psihologice, care sunt înnăscute: *competenţă, autonomie* şi *relaţionare* care atunci când sunt satisfăcute determină o motivaţie sporită şi sănătate mentală, iar când sunt împiedicate duc la diminuarea motivaţiei şi stării de bine; iar David C. McClelland consideră ca fundamentale nevoia de *realizare,* de *putere* (sau autoritate) şi *afiliere* (vezi Popoveniuc, 2008). Aproape toate tipurile de nevoi identificate ar putea fi înţelese ca izvorând dintr-o singură nevoie de bază, cea de conservare, reconstrucție, organizare, identitate şi funcţionare a unui sistem autonom complex. Deşi ordonate continuu acestea pot fi demarcate în mai multe clase de meta-nevoi precum: *homeostazia*, *siguranţa*, *protecţia*, *feed-back*-ul şi *explorarea* (Heylighen, 1992).

Studiile întreprinse la începutul secolului trecut, de către psihologul american Abraham Maslow (1954), au meritul de fi oferit o imagine de ansamblu asupra acestui sistem ierarhic al nevoilor şi au avut drept rezultat constituirea unei clasificări ierarhice a varietăţii trebuinţelor care stau la baza activităţii umane după cum urmează:

trebuinţe fiziologice (foamea, setea, somnul, bunăstarea corporală, trebuinţele sexuale); *trebuinţe de securitate* (apărare, protecţie, echilibru emoţional); *trebuinţe de afecţiune şi apartenenţă* (trebuinţa de a fi acceptat, de a aparţine unei comunităţi, trebuinţa de a primi şi a oferi afecţiune); *trebuinţe de stimă* (trebuinţa de aprobare şi recunoaştere, trebuinţa de prestigiu, trebuinţa de a atinge obiective, de a reuşi); *trebuinţe cognitive* (trebuinţa de a înţelege, de a cunoaşte, de a explora); *trebuinţe estetice* (trebuinţa de frumos, de simetrie, de ordine); *trebuinţe de auto-realizare* (trebuinţa de a-şi realiza potenţialul creativ, de împlinire de sine); şi *trebuinţe de (auto)transcendere* (de a se conecta cu ceva dincolo de propriul ego sau de a-i ajuta pe alţii să îşi actualizeze potenţialul). El repartizează aceste nevoi în două mari categorii: *trebuinţe de deficienţă* sau *de bază* (primele patru clase) – cele care apar în urma unei lipse – şi *trebuinţe de creştere* sau *meta-nevoi* (ultimele patru clase) – cele izvorâte din dorinţa individului de a reuşi, de a avea succes, de a-şi satisface aptitudinile.



Piramida nevoilor după Abraham Maslow

O analiză atentă ne dezvăluie existenţa a trei seturi distincte de nevoi: cele legate de funcţionarea organismului (*biologice*), nevoi legate de funcţionarea socială (*sociale*) şi nevoi legate de capacitatea cognitivă (*culturale*), la care se adaugă cele două super-nevoi de autodepăşire a individualităţii. Această clasificare tri-nivelară a nevoilor umane a fost susţinută, prin studii de amploare, şi de alţi psihologi precum William James, care vorbeşte despre nivelul material – cu nevoi fiziologice şi de securitate, social – cu nevoia de apartenenţă şi stimă, şi spiritual, Eugene Mathes, cu nevoile fiziologice, de apartenenţă şi auto-actualizare, sau Clayton Paul Alderfer cu nevoile existenţiale (*E-existence*), cele relaţionale (*R-relatedness*) şi cele de creştere (*G-growth*).

Deşi cele trei mari clase de nevoi se regăsesc în forme diferite de la individ la individ şi de la societate la societate, în cadrul personalităţii fiecărui individ nevoile formează o structură ierarhică, inter-conectată, unică. Această ierarhizare unidirecţională nivelară maschează sistemul mixt de inter-relaţii care există între diferitele nevoi. Ordinea comportamentelor dezvoltate pentru satisfacerea nevoilor nu este

inevitabil aceeaşi. Când ne este pusă în pericol viaţa vor prevala mecanismele de satisfacere a trebuinţelor de apărare şi securitate şi nicidecum cele fiziologice. De asemenea, vârsta, experienţa anterioară vor determina o altă ordine de priorităţi în satisfacerea acestor trebuinţe. S-a constatat că oamenii care se află într-o mişcare descendentă pe ierarhia nevoilor au comportamente diferite faţă de cei aflaţi pe o direcţie ascendentă. O persoană a cărei stimă de sine este satisfăcută va putea fi în continuare auto-motivată, chiar şi atunci când are de înfruntat probleme cu nevoile de rang inferior, pe când o alta, în condiţii similare, datorită nevoii protejării stimei de sine va putea dezvolta comportamente neproductive. În ansamblu, pe linia supravieţuirii fiinţei umane această ierarhie este statistic stabilă, numai că satisfacerea acestor nevoi, ponderea şi valoarea pe care acestea le au în motivarea conduitei, diferă de la un individ la altul şi chiar de la o cultură la alta.

Relaţia dintre nevoi este, în principiu, *progresivă*: satisfacerea unei nevoi de nivel inferior duce la apariţia alteia superioare; este *relativă* în termeni de grade de satisfacţie: „individul mediu este satisfăcut, probabil în proporţie de 85% în ceea ce priveşte nevoile fiziologice, 70% în nevoile de securitate, 50% în ceea ce priveşte nevoia de iubire, 40% în privinţa nevoilor de stimă de sine şi 10% în privinţa nevoilor de auto-actualizare" (Maslow, 1943). Motivaţiile:

- acţionează *simultan*: diferitele seturi de nevoi pot fi urmărite concomitent;
- implică o *diferenţiere individuală*: ponderea acordată diverselor seturi de nevoi poate să varieze de la individ la individ;
- iar relaţia lor este *regresivă*: frustrarea generată de imposibilitatea satisfacerii unei nevoi mai înalte determină, de obicei, dar nu obligatoriu, regresarea motivaţiei către cele de nivel inferior care par mai uşor de satisfăcut.

În final, mai putem vorbi despre cele două super-nevoi, *nevoia de auto-actualizare*, pe care o regăsim şi la Carl Rogers ca fiind, de fapt, forţa primară care motivează organismul uman: acea tendinţă de împlinire sau transpunere în act a tuturor capacităţilor şi potenţialităţilor individului respectiv; şi *nevoia de transcendere*, de depăşire a propriei individualităţi în direcţia împărtăşirii către marea comunitate a creativităţii şi muncii individului.

Maslow a studiat şi vieţile unor personalităţi eminente ale culturii umane precum: Baruch Spinoza, Abraham Lincoln sau Albert Einstein. Tabelul următor prezintă caracteristicile conduitelor acestora, precum şi

unele comportamente despre care autorul credea că pot conduce la auto-realizare, aşa cum au fost ele identificate de Maslow într-un interviu realizat în 1968.

Caracteristicile persoanelor în curs de auto-realizare
percepe cu acurateţe şi în mod obiectiv realitatea; tolerează, ba chiar poate să îi placă ambiguitatea; şi nu se simte ameninţat de necunoscut.
se acceptă se sine, pe ceilalți şi natura umană.
este spontan, natural şi original.
este centrat pe problemă (nu pe sine), nu este egocentric; are o filosofie de viaţă şi probabil o menire în viaţă.
are nevoie de intimitate şi de singurătate mai mult decât alţii; este capabil să se concentreze intens.
este independent, auto-suficient şi autonom; are mai puţină nevoie de laudă sau de popularitate.
are capacitatea de a aprecia experienţele simple şi comune; are savoare în modul de viaţă, un simţ dezvoltat al umorului şi capacitate de management a stresului.
are (şi este conştient de) „experiențe de vârf" bogate, vii, de împlinire sau momente de bucurie intensă.
are sentimente profunde de fraternitate faţă de întreaga omenire; este binevoitor şi altruist.
stabileşte legături strânse de prietenie cu relativ puţini oameni, şi este capabil de o iubire mai mare.
este democratic şi lipsit de prejudecăţi în cel mai profund sens posibil.
este puternic etic şi moral în modul individual de a fi (nu neapărat şi în cel convenţional); îi place munca pentru realizarea unui scop la fel de mult ca şi scopul în sine; este răbdător, în cea mai mare parte.
are un sens profund, filosofic al umorului, care este constructiv şi nu distructiv.
este creativ, original, inventiv, cu un mod proaspăt, naiv, simplu şi direct de a privi viaţa; tinde să facă cele mai multe lucruri în mod creativ, dar nu posedă, în mod necesar, un mare talent.
rezistent la enculturaţie, este capabil să se detaşeze de cultură; poate compara obiectiv culturi şi îşi poate asuma sau părăsi convenţiile.

Deşi specifice persoanelor auto-realizate, trăiri specifice acestei stări de conştiinţă sau echilibru al personalităţii le găsim şi la ceilalţi oameni, în momente pasagere, mai ales sub forma „experiențelor de vârf" (*peak experiences*). Persoane care au relatat trăirile asociate unor astfel de momente trecătoare de auto-realizare le-au caracterizat ca fiind stări de fericire şi împlinire, de unicitate necentrată pe sine, de

perfecţiune şi satisfacţie deplină, lipsite de orice stres sau tensiune. Acestea au fost asociate cu trăirea unor valori precum bunătatea, adevărul sau frumuseţea, înțelegere a întregului Univers şi un profund sentiment al vieţii. Aceste stări diferă ca intensitate şi pot apare în contexte diferite: în timpul unor activităţi estetice, recreative sau competiţionale.

Cel din urmă caz, întâlnit şi în sport, este cel mai bine documentat (Csikszentmihalyi, 2007). Aici această stare este numită „Zona” (*the Zone*) sau „Starea de Flux” (*Flow*). Ea este legată de apogeul performanţei unui sportiv (individ), acea stare în care el ajunge să evolueze la deplina sa capacitate. Este descrisă ca un loc magic şi special, în care performanţa este excepţională şi consistentă, automată şi curgătoare, iar sportivul (individul) reuşeşte să elimine toată presiunea şi să se descentreze lăsându-şi corpul şi mintea să-şi îndeplinească sarcinile care au fost atât de bine învăţate. În această stare de motivație intrinsecă (interioară) optimă, individul este absorbit în totalitate de ceea ce face, competiţia devine astfel distractivă şi excitantă, iar activitatea (munca) produce, prin ea însăşi, satisfacţie.

Psihologul american ne indică şi anumite comportamente specifice acestor persoane sau care pot conduce la auto-realizare.

Comportamente care conduc către auto-realizare
Trăieşte viaţa ca un copil, concentrat pe sarcină şi implicându-te deplin!
Încearcă ceva nou în loc să mergi pe drumurile bătute!
Ascultă-ţi sentimentele când evaluezi experienţele în loc de vocea tradiţiei, a autorităţii sau majorităţii!
Fii cinstit, înlătură „măştile” şi evită „jocurile”!
Pregăteşte-te să fii nepopular dacă punctele tale de vedere nu coincid cu cele ale majorităţii oamenilor!
Asumă-ţi responsabilitatea!
Munceşte din greu pentru ceea ce te-ai hotărât să faci!
Încearcă să îţi identifici propriile mecanisme de apărare şi ai curajul de a le scoate la iveală!

Observăm astfel că motivaţia comportamentului uman are un caracter complex, că ea este, de fapt, un ansamblu de elemente, o construcţie în care sunt implicate trebuinţe, atitudini, interese, scopuri, aşteptări, credinţe etc., în care aspectele conştiente stau, într-o măsură mai mare sau mai mică, alături de cele inconştiente. Imaginea icebergului este potrivită pentru a ilustra raportul dintre motivaţie şi

comportament. Ceea ce se poate observa, partea vizibilă a icebergului, este comportamentul, iar motivaţia este partea nevăzută a lui.

Rezumat

În acest capitol sunt trecute în revistă principalele perspective şi moduri de a înţelege, defini şi studia personalitatea umană. Sunt prezentate sintetic cele mai paradigmatice teorii asupra personalităţii din cadrul tipurilor principale de abordări: teoria factorială a lui Raymond Cattell pentru paradigma trăsăturilor sau predispoziţiilor biologice, teoria psihanalitică a dezvoltării psihosexuale a lui Sigmund Freud şi cea a dezvoltării psihosociale a lui Erik Erikson pentru abordarea psihanalitică sau psihodinamică, behaviorismul psihologic al lui Arthur W. Staats pentru teoriile învăţării (sociale) şi teoria holistă a lui Abraham Maslow din perspectiva umanistă sau fenomenologică. Este prezentată, de asemenea, teoria clasică a trăsăturilor de personalitate împreună cu problematica atitudinilor şi a motivaţiei şi câteva modalităţi de tipologizare din cadrul personologiei.

Cuvinte cheie

aptitudine, atitudine, auto-actualizare, caracter, determinism psihologic, divergenţă metodologică, Eu, extraversie, introversie, mecanisme de apărare, modelul PEN, motivaţie, nevrotism, OCEAN (Big Five), orientarea atomar-descriptivistă, o. biologistă, o. idiografică, o. nomotetică, o. sintetic-structuralistă, o. sociologist-culturologică, personalitate, perspectiva atomistă, p. sistemică, p. psihosocială, p. structurală, piramida nevoilor, psihoticism, repertorii comportamentale de bază, Sine, SupraEu, temperament, teoria trăsăturilor, t. psihanalitică, t. învăţării, t. umanistă, t. ereditar-evoluţioniste, t. hedoniste, t. homeostazică, tipologii (morfofiziologice, psihologice, sociologice, temperamentale), trebuinţe, trăsături globale, trăsături particulare.

Întrebări recapitulative

Cum se defineşte personalitatea?
Care sunt cele patru perspective de abordare a personalităţii?

Care sunt principalele divergenţe metodologice în studiul personalităţii?

Care sunt principalele trăsături ale personalităţii umane din cadrul perspectivei clasice?

Care sunt principalele abordări ale personalităţii?

Care sunt principalele elemente ale teoriei factoriale a lui Raymond Cattell?

Care sunt elementele fundamentale ale personalității în concepţia psihanalitică?

Care sunt principalele mecanisme de apărare ale Eu-lui?

Care este structura personalităţii şi principalele dimensiuni după care aceasta poate fi descrisă potrivit teoriei dezvoltării psihosociale a lui Erik Erikson?

Prin ce se evidenţiază behaviorismul psihologic al lui Arthur W. Staats?

Care sunt nivelurile de motivaţie din cadrul piramidei lui Maslow?

Cum se clasifică aptitudinile?

Ce este temperamentul?

Care sunt elementele definitorii ale caracterului unei persoane?

Care sunt funcţiile pe care le au atitudinile în sistemul personalităţii?

Care sunt factorii ce determină motivaţia?

Care sunt principalele teorii explicative ale motivaţiei umane?

Bibliografie selectivă

Adams, J. (1992), *Conceptual Blockbusting. A Guide to Better Ideas*, Addison-Wesley Publishing Company.

Allport, G. W. (1937/1981), *Structura şi dezvoltarea personalităţii,* Bucureşti: Ed. Didactică şi Pedagogică.

Allport, G. W. şi Odbert, H. S. (1936), Trait-names: A psycholexical study, *Psychological Monographs*, Vol 47(1).

Anderson, J. R. (1990), *Cognitive psychology and its implications*, New York: Freman.

Angers, M. (1997), *Initiation pratique à la méthodologie des sciences humaines*, Montréal, CEC.

Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E. şi Bem, D. J. (2002), *Introducere în psihologie*, ediţia a 11-a, Bucureşti: Editura Tehnică.

Bartoshuk, L. M. (2000), Psychological advances aid in the study genetic variation in taste, *Appetite*, 32, 105.

Berlin, B. şi Kay, P. (1969), *Basic Color Terms, their Universality and Evolution*, Berkeley: University of California Press.

Berlin, B. şi Kay, P. (1999), *Basic Color Terms: Their Universality and Evolution*, Center for the Study of Language and Information.

Binet, A. (2002), *Psihologia raţionamentului: cercetări experimentale prin hipnotism*, Bucureşti: IRI.

Boudon, R. (1990), *Texte sociologice alese*, Ed. Humanitas.

Bouillerce, B. şi Carre, E. (2002), *Cum să ne dezvoltăm creativitatea*, Iaşi: Polirom.

Bourdieu, P. (2008)**,** *Schiţă pentru o autoanaliză*, traducere din limba franceza de Bogdan Ghiu, Bucureşti: Editura Art.

Buck, L. şi Axel, R. (1991), A novel multigene family may encode odorant receptors: a molecular basis for odor recognition, *Cell,* Apr 5, 65(1), 175-87.

Chelcea, S. (1981), Utilizarea documentelor personale în cercetarea sociologică, *Viitorul social,* anul X, martie-aprilie 1981, 265-274.

Chelcea, S. (2001), *Metodologia cercetării sociologice. Metode cantitative şi calitative,* Bucureşti: Ed. Economică.

Chelcea, S. (coord.) (1985), *Semnificaţia documentelor sociale,* Bucureşti: Ed. Ştiinţifică şi Enciclopedică.

Claret, J. [1979] (1982), *Ideea şi forma,* Bucureşti: Ed. Ştiinţifică şi Enciclopedică.

Cole, M. şi Cole, S. R. (2001), *The development of Children*, New York: Worth.

Conn, S. R. şi Rieke, M. L. (1994), *The 16PF Fifth Edition Technical Manual*, Champagne, Illinois: Institute for Personality and Ability Testing, Inc.

Conway, B. R. (2001), Spatial structure of cone inputs to color cells in alert macaque primary visual cortex (V1), *J Neurosci*, 21, 2768-2783.

Cosmovici, A. (1996), *Psihologie generală*, Iaşi: Editura Polirom.

Cosmovici, A. şi Celmare, Șt. (1990), Despre cauzalitatea psihică, *Revista de psihologie*, nr. 1.

Cross, S. E. şi Markus, H. R. (1999), The Cultural Constitution of personality, în Pervin, L. A. şi John, O. P. (eds.), *Handbook of Personality : Theory and Research*, New York: Guilford Press, pp. 378-398.

Csikszentmihalyi, M. (2007) *Starea de flux. Psihologia experienţei supreme*, Bucureşti: Ed. Curtea Veche.

Cuilenburg, J. J. Van, Scholten, O. S. şi Noomen, G. W. (1991/1998), *Ştiinţa comunicării,* Bucureşti: Ed. Humanitas.

Cury, A. (2005), *Părinţi străluciţi, profesori fascinanţi*, Bucureşti: For You.

Daval, R. (1963), *Traité de psychologie sociale,* Paris: P.U.F.

Dement, W. şi Kleitman, N. (1957), The relation of eye movements during sleep to dream activity: an objective method for the study of dreaming, *Journal of Experimental Psychology*, Mai 53(5), 339-46.

Devalois, R. L. şi Jacobs, G. H. (1984), Neural mechanism of color vision, în I. Darian-Smith (Ed.), *Handbook of physiology*, Bethesda, MD: American Physiological Society.

DSM-IVTR (2000) - *Manualul de Diagnostic şi Statistică a Tulburărilor Mentale*, ediția a patra revizuită a Asociației Americane de Psihiatrie.

Eysenck, H. J. (1947), *Dimensions of Personality*, London: Routledge & Kegan Paul.

Eysenck H. J. şi Eysenck, S. B. G. (1976), *Psychoticism as a dimension of personality*, London: Hodder & Stoughton.

Eysenck, H. J. şi Rachman, S. (1965), *The Causes and Cures of Neurosis: an Introduction to Modern Behaviour Therapy based on Learning Theory and the Principles of Conditioning*, London: Routledge & Kegan.

Festinger, L. şi Katz, D. (Eds.) (1963), *Les méthodes de recherche dans les sciences sociales*, Paris: P.U.F.

Fitzsimons, J. T. (1990), Thirst and sodium appetite, în E. M. Stricker (Ed.), *Neurobiology of food and fluid intake*, New York: Plenum, 23-44.

Freud, A. (2002), *Eul şi mecanismele de apărare*, Editura Fundaţiei Generaţia.

Frijda, N. H. (1996), Passions: Emotion and Socially Consequential Behavior, în R. D. Kavanaugh, B. Zimmerberg şi S. Fein, *Emotion: Interdisciplinary Perspectives* (pp. 1-28), Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.

Galanter, E. (1962), Cotemporary Psychophysics, în R. Brown, E. Galanter, E. H. Hess şi G. Mandler (Eds.), *New Directions in Psychology*, vol. I.

Gardner, H. (2006), *Inteligenţe multiple. Noi orizonturi*, Bucureşti: Editura Sigma.

Gegenfurtner, K. R. (2003), Cortical mechanisms of colour vision, *Nature Reviews Neuroscience*, 4, 563-572.

Golu, M. (1993), *Dinamica personalităţii*, Bucureşti: Geneze.

Golu, M. (2000), *Fundamentele psihologiei*, Bucureşti: Editura Fundaţiei România de Mâine.

Golu, M. (2005), *Bazele psihologiei generale*, Bucureşti: Editura Universitară.

Gough, H. G. (1957), *Manual of the Californian Psychological Inventory*, Palo Alto: Consulting Psychologists Press.

Gough, H. G. (1979), A creative personality scale for the Adjective Check List, *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(8), 1398-1405.

Grawitz, M. (1996), *Méthodes des sciences sociales,* ediţia a X-a, Paris: Dalloz.

Grady, C. L., Horwitz, B., Haxby, J. V., Maisog, J. M., McIntosh, A. R., Mentis, M. J., Pietrini, P., Schapiro, M. B., şi Underleider, L. G.

(1995), Age-related reductions in human recognition memory due to inpaired encoding, *Science*, 269:5221, 218-221

Hayes, N. şi Orrell, S. (1997), *Introducere în psihologie*, Bucureşti: ALL Educaţional.

Heylighen, F. (1992), A Cognitive Systematic Reconstruction of Maslow's Theory of Self-Actualization, *Behavioral Science*, 37, pp. 39-58.

Hurvich, L. M. şi Jameson, D. (1974), Opponent processes as a model of neural organization, *American Psychologist*, Feb; Vol. 29(2), 88-102.

Iluţ, P. (1997), *Abordarea calitativă a socioumanului,* Iaşi: Ed. Polirom.

Ionescu, Ş., Jacquet, Marie-Madeleine, Lhote, Claude (2007), *Mecanisme de apărare. Teorie şi aspecte clinice*, Iaşi: Polirom.

Jakobson, R. (1960), Linguistics and Poetics, în Sebeok, T. A. (Ed.), *Style in Language*, New York: The MIT Press.

Janet, P. (1935), La psychologie de la conduite, în H. Wallon (Ed.), *La vie mentale*, Encyclopédie Française, VII.

Juan, Salvador (1999), *Méthodes de recherche en sciences sociohumaines*, Paris: P.U.F.

Kawamura, Y. şi Kare, M. R. (Ed.) (1987), *Umami: A basic taste*, New York, NJ: Marcel Dekker.

Keirsey, D. (1998), Pl*ease Understand Me II: Temperament, Character, Intelligence*, Del Mar, CA: Prometheus Nemesis Book Company.

Kelley, G. A. (1955), *The Psychology of Social Constructs,* New York: Norton.

King, G., Keohane, R. şi Verba, S. (1994/2000), *Fundamentele cercetării sociale,* Iaşi: Ed. Polirom.

Laplanche, J. şi Pontalis, J. B. (1994), *Vocabularul psihanalizei*, Bucureşti: Humanitas, 1994.

Lazarus, R. S. (1991), *Emotion and adaption*. New York: Oxford University Press.

Lieury, A. (1996), *Manual de psihologie generală*, Bucureşti: Antet.

Livingstone, M. S. şi Hubel, D. H. (1987), Psychophysical evidence for separate channels for the perception of form, color,

movement, and depth, *The Journal of Neuroscience*, 1 Nov., 7(11): 3416-3468.

Mărginean, I. (2000), *Proiectarea cercetării sociologice,* Iaşi: Ed. Polirom.

Maslow, A. H. (1943), A Theory of Human Motivation, *Psychological Review*, 50, pp. 370-396.

Maslow, A. H. (1954/1970), *Motivation and Personality* (2 ed.), New York: Harper & Row.

Mayer, R., Ouellet, F., Saint-Jacques, M.-C., Turcotte, D., et col. (2000), *Méthodes de recherche en intervention sociale*, Montreal, Paris: Ed. Gaetan Morin.

Melzack, R. şi Wall, P. D. (1988), *The challenge of pain*, New York: Basic Books.

Miclea, M. (1999), *Psihologie cognitivă: modele teoretico-experimentale*, Iaşi: Polirom.

Mihu, A. (1992), *Introducere în sociologie,* Cluj-Napoca: Ed. Dacia.

Moser, C. A. [1963] (1967), *Metodele de anchetă în investigarea fenomenelor sociale*, Bucureşti: Ed. ştiinţifică.

Moskowitz, H. R., Kumaraiah, V., Sharma, K. N., Jacobs, H. L. şi Sharma, S. D. (1975), Cross-cultural diference in simple taste preference, *Science*, 190, 1217-1218.

Mucchielli, A. [1996] (2002), *Dicţionar al metodelor calitative în ştiinţele umane şi sociale*, Iaşi: Ed. Polirom.

Mucchielli, R. (1974), *L'observation psychologique et psychosociologique*, Paris: E.S.F.

Neveanu, P. P. (1978), *Dicţionar de psihologie*, Bucureşti: Albatros.

NODEX - *Noul dicţionar explicativ al limbii române*, Bucureşti: Litera Internaţional, 2002.

Paivio, A. (1979), *Imagery and verbal processes*, Lawrence Erlbaum Associates.

Parot, F. şi Richelle, M. (1995), *Introducere în psihologie*: *Istoric şi metode*, Bucureşti: Humanitas.

Popoveniuc, B. (2008), *Curs de antropologie filosofică,* Suceava: Editura Universităţii din Suceava.

Pourtois, J.-P. şi Desmet, H. (1997), *Épistémologie et instrumentation en sciences humaines*, Liège: Ed. Mardaga.

Regan, D., Beverley, K. L. şi Cynder, M. (1979), The visual perception of motion depth, *Scientific american*, Jul, 241(1), 136-51.

Ribot, T. (2002), *Psihologia conceptelor*, trad., avanprefaţă şi note de Leonard Gavriliu, Bucureşti: IRI.

Roşca, Al. şi Zorgo, B. (1972), *Aptitudinile*, Bucureşti: Editura Ştiinţifică.

Rotariu, T. şi Iluţ, P. (1997), *Ancheta sociologică şi sondajul de opinie. Teorie şi practică*, Iaşi: Ed. Polirom.

Rugg, H. (1963), *Imagination*, New York: Harper and Row.

Russell, J. A. şi Feldman, B. L. (1999), Core affect, prototypical emotional episodes, and other things called emotion: Dissecting the elephant, *Journal of personality and Social Psychology*, 76, 805-819.

Sacks, O. (2005), *Omul care şi-a confundat nevasta cu o pălărie*, Bucureşti: Humanitas.

Schacter, D. L., Wagner, A. D. şi Buckner, R. L. (2000), Memory systems of 1999, în E. Tulving & F.I.M. Craik (Eds.), *Handbook of memory,* New York: Oxford University Press.

Shapley, R. şi Hawken, M. (2002), Neural mechanisms for color perception in the primary visual cortex, *Current Opinion in Neurobiology*, 12, 426-432.

Sillamy, N. (1998), *Larousse - Dicţionar de psihologie*, trad., prefaţă şi completări privind psihologia românească de Leonard Gavriliu, Bucureşti: Univers Enciclopedic.

Smirnov, A. A. şi Zinchenko, P. I. (1969), Problems in the psychology of memory, în M. Cole şi I. Maltzman (Eds.), *A handbook of contemporary Soviet psychology*, New York: Basic Books.

Smith, E. E., Nolen-Hoeksema, S., Fredrickson, B. L. şi Loftus, G. R. (2005), *Introducere în psihologie*, Bucureşti: Editura Tehnică.

Stahl, H. H. (1974), *Teoria şi practica investigaţiilor sociale,* vol. 1, Bucureşti: Ed. ştiinţifică.

Sternberg, R. J. (1985), *Beyond IQ: A Triarchic Theory of Intelligence*, Cambridge: Cambridge University Press.

Stoica-Constantin, A. (2004), *Creativitatea pentru studenţi şi profesori*, Iaşi: Institutul European.

Strelau, J. (1998), *Temperament: a psychological perspective. Perspectives on individual differences,* Springer.

Thurstone, L. L. (1938), *Primary mental abilities*, Chicago: University of Chicago Press.

Tran, V. şi Stănciugelu, I. (2003), *Teoria comunicării*, Bucureşti: comunicare.ro.

Tulving, E. (1972), Episodic and semantic memory, în E. Tulving şi W. Donaldson (Eds.), *Organisation of Memory*, London: Academic Press.

Vaillant, G. E. (1992), *Ego Mechanisms of Defense: A Guide for Clinicians and Researchers*, American Psychiatric Publishing.

Vaillant, G. E. (1993), *The Wisdom of the Ego*, Cambridge, MA: Harvard University Press.

Vlăsceanu, L. (1986), *Metodologia cercetării sociale. Metode şi tehnici*, Bucureşti: Ed. Ştiinţifică şi Enciclopedică.

Wallon, H. şi Evart-Chmielniski, E. (1951), *Les mecanismes de la memoire en rapport avec ses objets*, Paris: PUF.

Wever, E. G. (1949), *Theory of Hearing*, New York: Wiley.

Wever, E. G. şi Lawrence M. (1954), *Physiological acoustics*, Princeton, NJ: Princeton University Press.

Zlate, M. (1996), *Introducere în psihologie*, Bucureşti: Casa de editură şi presă Şansa SRL.

Zlate, M. (1999), *Eul şi personalitatea*, Editura Trei.

Zlate, M. (1999), *Psihologia mecanismelor cognitive*, Iaşi: Polirom.

Zlate, M. (2000), *Introducere în psihologie*, Iaşi: Polirom.

Minidicţionar de termeni de specialitate

ACOMODÁRE Proces de adaptare datorită căruia un organ sau un organism poate suporta, fără pericol, modificările mediului exterior. În teoria lui Piaget privind dezvoltarea cognitivă, proces complementar asimilării, prin care individul îi adaptează schemele operatorii pentru a putea încorpora material informatic nou ce nu poate fi asimilat prin schemele preexistente. Procesul prin care lentilele ochiului îşi modifică focalizarea, pentru clarificarea imaginii.

ÁCTING ÓUT Termen psihanalitic care desemnează acțiunile cu un caracter, de regulă impulsiv, deseori sub formă auto- sau hetero-agresivă, inconsistente cu sistemele obişnuite de motivaţie ale persoanei şi activităţile subiectului, semn al manifestării unor conţinuturi refulate.

ACUITÁTE Capacitate a organelor de simţ de a percepe excitaţii oricât de slabe şi de a diferenţia excitaţii foarte asemănătoare între ele.

AFÉCT Trăire emoţională intensă şi de scurtă durată (emoţie primitivă).

AFERENTÁŢIE (AFERENTĂ) Transport de impulsuri şi informaţii de la periferia la centrul sistemului nervos central.

AGNOZÍE Termen general care defineşte tulburările procesului de recunoaştere a obiectelor, persoanelor, proceselor şi fenomenelor în pofida păstrării intacte a organelor de simţ şi a unei inteligenţe normale.

AGRESIVITÁTE Comportament distructiv şi violent orientat spre persoane, obiecte sau spre sine.

AMBIGUITÁTE Caracteristica unei comunicări sau a unei situaţii care permite mai multe interpretări, sau care reuneşte caracterele a două naturi originare diferite.

AMBIVALÉNŢĂ Dispoziţie general-contradictorie sau bipolară a sistemului psihic; stare emoţional-volitivă caracterizată prin activarea concomitentă a două tendinţe contrare faţă de unul şi acelaşi obiect sau situaţie.

AMIGDÁLĂ Structură cerebrală subcorticală implicată în consolidarea amintirilor emoţionale.

AMNEZÍE Slăbire sau pierdere patologică a memoriei, deosebită de uitare care este un fenomen normal.

ANABOLÍSM Ansamblul proceselor de asimilare organică.

ANALÍZĂ FACTORIÁLĂ Metodă statistică concepută de Charles Edward Spearman care încearcă să pună în evidenţă prin analiza

unui ansamblu de variabile observate un număr mai mic de factori comuni (artificiali) care captează sau explică anumite corelaţii între aceste variabile.

ANGOÁSĂ Nelinişte, tulburare cauzată de o teamă puternică fără obiect real, concret, adesea patologică.

ANXIETÁTE Stare de nelinişte, de aşteptare încordată, însoţită de palpitaţii, jenă în respiraţie etc. După unele teorii, este sinonimă cu frica, după altele se apropie mai mult de angoasă.

APTITÚDINE Dispoziţie naturală sau dobândită de a efectua anumite sarcini.

ASIMILÁRE Procesul cognitiv prin care individul preia informaţiile din mediul înconjurător şi îl adaptează potrivit schemelor pre-existente de interpretare.

ASOCIAŢIONÍSM Vechi curent în psihologie care considera mecanismul asociaţiei fenomenul central şi fundamental în formarea, manifestarea şi explicarea proceselor psihice.

ATITÚDINE Modalitate relativ constantă de raportare a individului sau grupului faţă de anumite laturi ale vieţii sociale şi faţă de propria persoană; structură orientativ-reglatorie proprie sistemului persoanei.

BEHAVIORÍSM Şcoală sau sistem psihologic care defineşte psihologia ca studiu al comportamentului şi îi limitează datele la activităţile observabile. În forma sa clasică, era mult mai restrictivă decât perspectiva comportamentală.

BRÁINSTORMING „Furtună în creier”, în traducere liberă, asalt de idei; este cea mai larg răspândită şi aplicată tehnică de creativitate colectivă care are la bază ideea că cea mai bună soluţie în rezolvarea unei probleme nu se obţine prin eliminări succesive, ci dimpotrivă, prin căutarea unui număr cât mai mare de soluţii, „cantitatea generează calitatea”.

CARACTÉR Ansamblul însuşirilor fundamentale psihice-morale ale unei persoane, care se manifestă în modul de comportare, în ideile şi în acţiunile sale.

CATABOLÍSM Termen desemnând (global) procesele de dezasimilaţie opuse celor asimilatorii.

CATEGORÍZARE Proces prin care un obiect este inclus într-un anumit concept sau o anumită clasă.

CÁTHARSIS Proces de descărcare a tensiunii şi eliberare, după sensul originar, datorat lui Aristotel, care constatase că identificarea dintre spectatori şi personajele teatrale duce la efecte de purificare şi relaxare. În psihanaliză, el este un efect terapeutic obţinut prin descărcarea unei trăiri refulate.

CLÁSĂ Categorie de elemente reunite prin trăsături comune.

CLASIFICÁRE Abilitatea de a grupa obiecte după trăsături comune.

CLÍNIC Calificare a metodelor de investigaţie psihice, care se bazează pe experienţa observaţiilor directe făcute la patul bolnavului sau în jocuri, activităţi şi convorbiri cu subiecţii de vârstă infantilă (J. Piaget) sau de orice altă vârstă şi ocupaţie.

CÓD Sistem de simboluri (semne) care este folosit la reprezentarea şi transmiterea informaţiilor (mesajelor).

CODIFICÁRE SENZORIÁLĂ Modul în care sunt transmişi stimulii de la receptorii senzoriali la creier.

CON (CELULĂ CU CON) Celulă specializată a retinei, pentru percepţia atât a senzaţiile cromatice, cât şi a celor acromatice.

CONCÉPT Reprezentare mentală abstractă şi generală, căreia i se asociază o expresie lingvistică a unui obiect, proces sau fenomen.

CONDUÍTĂ Ansamblul de acte caracterizate printr-o organizare impusă de finalitatea urmărită, conştient sau nu, raţional sau nu, de către individ.

CONSERVÁRE Schemă a gândirii logice potrivit căreia subiectul ştie că anumite transformări ale unui obiect (forma acestuia, de exemplu) nu modifică celelalte calităţi ale sale (greutatea, de exemplu).

CONSTÁNŢĂ Capacitatea creierului de a menţine percepţia caracteristicilor fizice ale unui obiect (formă, dimensiuni, culoare), chiar şi atunci când manifestarea senzorială a obiectului se schimbă drastic.

CONŞTIÉNT Stare de prezenţă în mediu.

CONŞTIÍNŢĂ Cunoaştere imediată pe care fiecare dintre noi o are despre existenţa sa, despre actele sale şi despre lumea exterioară. Acest proces de control al propriei persoane şi al mediului oferă capacitatea de a învăţa şi finaliza comportamente şi activităţi cognitive.

CONŢINÚT Totalitatea elementelor şi proprietăţilor unor obiecte, fenomene sau procese ori a notelor definitorii ale unui concept.

CORELÁŢIE Raport între termeni, dintre care unul îl evocă în mod logic pe celălalt.

CUNOŞTÍNŢĂ Conform teoriilor dezvoltării care explică achiziţiile, felul în care copilul înţelege organizarea faptelor unui anumit domeniu, noţiune privind un lucru sau un fenomen, căpătată în familie, la şcoală sau prin proprie experienţă.

DEBRÍEFING În psihologie acesta constă într-o conversaţie unică, semi-structurată cu o persoană care tocmai a experimentat un eveniment stresant sau traumatic sau care a fost subiect într-un experiment. În cele mai multe cazuri, scopul debriefing-ului este de a reduce orice posibilitate de afectare psihologică prin informarea oamenilor despre experienţa lor sau permiţându-le să vorbească despre aceasta. El este obligatoriu şi la sfârşitul experimentelor în care, din necesităţi metodologice, subiecţilor nu li s-a divulgat adevărata temă de cercetare.

DEPRÍNDERE Componentă automatizată a activităţii, caracterizată prin desfăşurarea în afara sau prin reducerea controlului conştient, realizare spontană şi facilă.

DESCENTRÁRE Abilitatea de a schimba (propriul) sistem de clasificare cu un altul diferit.

DISCRIMINÁRE (1) Capacitatea de a distinge un stimul de altul, dobândită, de obicei, prin condiţionare selectivă. (2) Diferenţiere sau distincţie care la nivel intelectual, prin delimitări conceptuale, devine tranşantă, categorică.

DIZIGÓT Despre gemenii (fraternali) cu placente diferite, provenind din doi zigoţi diferiți şi, în consecinţă, neavând un patrimoniu ereditar identic.

DOPAMÍNĂ Unul dintre principalii neuro-transmițători (substanță care mediază transmiterea informației între neuroni) de la nivelul sistemului nervos care este importantă în controlul motilității, mișcărilor musculare, mecanismelor plăcerii, precum şi a numeroase tulburări mentale.

DORÍNŢĂ Trebuinţă conştientizată, tendinţă către o stare emoţională satisfăcătoare sau către o acţiune, activare emoţională orientată spre obiectul său.

EGOCENTRÍSM (1) Presupunerea că întreaga lume se învârte în jurul său şi că nimic altceva nu există în afară de ceea ce are legătură directă cu persoana respectivă. (2) Situaţia de a nu fi conştient de alte perspective în afara celei proprii şi de a crede că toată lumea percepe mediul în acelaşi mod. Este un stadiu timpuriu de dezvoltare a

personalităţii care nu trebuie confundat cu egoismul care este o trăsătură morală.

EGOÍSM Preocupare exagerată faţă de propria persoană şi de interesele personale, în dauna intereselor şi drepturilor celorlalţi.

EMISFÉRĂ Fiecare dintre cele două jumătăţi ale creierului conectate prin fascicule de fibre nervoase.

EMÓȚIE Reacţie globală, intensă şi de scurtă durată a organismului la o situaţie neaşteptată, însoţită de o stare afectivă de tonalitate plăcută sau neplăcută.

EMPÍRIC Tot ceea ce rezultă din experienţa imediată cu lucrurile şi prin acţiuni concrete, toate fiind accesibile observaţiei, putând fi înregistrate prin organele de simţ.

ENCODÁRE Orice proces cognitiv prin care un mesaj sau o informaţie conţinută într-o imagine, conversaţie sau text citit este transformată într-o reprezentare internă.

ENCULTURÁȚIE Procesul de asimilare prin instrucţie şi educaţie a valorilor şi comportamentelor, sub forma unei învăţări continue pe toată durata vieţii.

EPISTEMOLOGÍE Teoria cunoaşterii ştiinţifice, disciplină filosofică care studiază critic principiile, ipotezele şi rezultatele cunoaşterii ştiinţifice în vederea stabilirii structurii logice, specificului şi valorii de adevăr al acesteia.

EREDITÁTE Transmitere a caracterelor fizice şi psihice ale părinţilor la descendenţi.

ÉROS Termen care desemna la vechii greci iubirea şi zeul acesteia, utilizat de Freud pentru a desemna ansamblul pulsiunilor de viaţă în opoziţie cu pulsiunile către moarte.

EŞANTIÓN Grupul de subiecţi sau participanţi selectat dintr-o populaţie în scopul studierii acesteia.

EU-ul sau Ego-ul reprezintă una dintre cele trei instanţe ale personalităţii care se referă la conştiinţa de sine, la ceea ce constituie nucleul sistemului personalităţii în alcătuirea căruia intră cunoştinţele şi imaginea despre sine precum şi atitudinile, conştiente sau nu, despre cele mai importante interese şi valori.

EVALUÁRE COGNITÍVĂ (1) Interpretarea unui eveniment ţinând seama de scopuri şi de starea de bine. Procesul influenţează calitatea şi intensitatea emoţiilor, precum şi nivelul de pericol perceput. (2) Realizarea de judecăţi asupra valorii sau utilităţii unui lucru.

EVOLÚŢIE Proces cu caracter istoric constând mai ales într-o formă a dezvoltării, care presupune acumulări cantitative treptate, în constituţia organismului şi a psihicului şi care antrenează o modificare treptată a calităţii spre un nivel superior.

EXCITÁŢIE Proces fiziologic care se manifestă prin activitatea funcţională (contracţie, secreţie sau generare de impulsuri) a unei celule, a unui ţesut sau a unui organ, ca răspuns la un factor stimulativ intern sau extern.

EXPERIÉNŢĂ (1) Ansamblul informaţiilor pe care le primeşte organismul, prin simţurile sale, din universul care îl înconjoară. (2) Ansamblul cunoştinţelor, deprinderilor şi priceperilor pe care oamenii le dobândesc în mod nemijlocit despre realitatea înconjurătoare în procesul practicii sociale şi al interacţiunilor dintre ei şi lumea exterioară. (3) În psihologie, termenul se referă mai ales la „experienţa trăită" ceea ce subiectul percepe, simte, gândeşte în raporturile sale cu lumea care îl înconjoară şi cu el însuşi, într-o manieră ireductibil subiectivă.

EXPERIÉNŢĂ DE VÂRF În psihologia umanistă a lui Abraham Maslow termenul descrie anumite stări transpersonale şi extatice, în particular cele cu tente de euforie, armonizare cu lumea şi interconectivitate cu întreaga societate.

EXPERIMÉNT Procedeu de cercetare în ştiinţă, care constă în provocarea intenţionată a unor fenomene în condiţiile cele mai propice pentru studierea lor şi a legilor care le guvernează.

FENOMÉN Manifestare exterioară particulară şi obiectivă a unui lucru, a unui proces etc., care este accesibilă organelor de simţ, perceptibilă în mod nemijlocit, deci direct constatabilă. Se defineşte în unitate şi opoziţie cu esenţa.

FIZIOLOGÍE Ramură a biologiei care se ocupă cu studiul proceselor care au loc în organismele vii.

FOBÍE Teamă patologică, obsesivă, de intensitate disproporţionată, faţă de un obiect stimul sau situaţie precizată.

FONÉM Cea mai mică unitate sonoră a limbii, care are funcţiunea de a diferenţia cuvintele între ele, precum şi formele gramaticale ale aceluiaşi cuvânt.

FRÍCĂ Reacţie emoţională de tipul afectului care survine când subiectul ajunge într-o situaţie primejdioasă fără a fi pregătit pentru aceasta.

GÂNDÍRE (1) În sens general termenul trimite la toate manifestările spiritului, desemnând atât conţinuturi, idei, cât şi activităţi, raţionamente: după caz, accentul poate fi pus pe suporturile simbolice sau reprezentative ale gândirii, pe instrumentele logice sau euristice cu care ea operează, pe dinamica sa afectivă, pe semnificaţiile sale inconştiente etc. (2) Facultatea superioară a creierului omenesc de a reflecta în mod generalizat realitatea obiectivă prin noţiuni, judecăţi, teorii etc.; (3) Psihologia ştiinţifică s-a preocupat de originile gândirii, concepută ca interiorizare a conduitelor sau comportamentelor, în favoarea dezvoltării funcţiei reprezentative şi a limbajului.

GÂNDÍRE ANALÓGICĂ Constă în stabilirea asemănărilor dintre diverse obiecte, fenomene, evenimente, idei, acolo unde par a nu exista şi transferul informaţiilor care caracterizează un obiect cunoscut la altul necunoscut neasimilat.

GÂNDÍRE CONVERGÉNTĂ Caracteristica distinctivă a inteligenţei, se desfăşoară de la diversitate la unitate, de la analiză la sinteză.

GÂNDÍRE DEDUCTÍVĂ sau **ANALÍTICĂ** Formă fundamentală de raţionament, folosind mai ales categorizarea şi logica formală cu evitarea contradicţiilor, în care gândirea se mişcă exclusiv în planul conceptelor, de obicei pornind de la idei generale, se ajunge la concluzii particulare, concluzia decurgând cu necesitate din premise.

GÂNDÍRE DIVERGÉNTĂ Caracteristică distinctivă a creativităţii, orientată către căutarea cât mai multor soluţii sau dezvoltarea în cât mai multe direcţii în raport cu punctul iniţial de plecare. Se desfăşoară de la unitate la diversitate, de la sintetic la analitic.

GÂNDÍRE INDUCTÍVĂ Vizează extragerea şi formularea unei concluzii dintr-o multitudine de cazuri particulare. Dat fiind că utilizează generalizările pentru a ajunge de la multitudinea calităţilor, atributelor şi trăsăturilor la concepte, legi şi relaţii, rezultatele ei au întotdeauna un caracter probabilistic.

GENERALIZÁRE (1) În procesul de învăţare, reprezintă depistarea unei caracteristici sau a unui principiu comun unei clase de obiecte sau evenimente. (2) În condiţionare, principiul conform căruia, odată stabilită condiţionarea răspunsului faţă de un stimul dat, alţi stimuli asemănători vor determina acelaşi răspuns.

GESTÁLT Cuvânt german care înseamnă „formă” sau „configuraţie”. Psihologia gestaltistă se centrează în primul rând pe

percepţie şi organizarea experienţei, considerând că experienţele perceptuale au la bază *pattern*-urile formate de stimuli.

HALUCINÁŢIE Tulburare a percepţiei constând în perceperea unui obiect sau a unui fenomen fără ca acesta să existe în realitate.

HIPOCÁMP Structură cerebrală localizată sub scoarţa cerebrală, implicată în fixarea amintirilor noi; rolul său pare a fi acela al unui sistem de referinţă ce face legătura între aspectele amintirilor, localizate în părţi diferite ale creierului.

HIPOTALÁMUS Structură de mici dimensiuni, dar extrem de importantă, localizată imediat deasupra trunchiului cerebral şi imediat deasupra talamusului. Considerat parte a nucleului central, include centrii care controlează comportamentele motivate, cum ar fi: mâncatul, băutul, sexul şi emoţiile; reglează, de asemenea, activitatea endocrină şi menţine homeostazia corporală.

HISTRIÓNIC Care are un comportament teatral, actoricesc, ostentativ, rezultat din trebuinţa de a atrage atenţia asupra propriei persoane şi de a seduce anturajul, menit să inducă o anumită aparenţă falsă sau înşelătoare faţă de propria persoană. Este adesea însoţit de lăudăroşenie şi fanfaronadă.

HOMEOSTAZÍE Tendinţă generală a organismului (şi psihicului) de a menţine constante condiţiile de echilibru ale mediului său; stare internă constantă.

IDEOMOTÓR Proces prin care toate reprezentările noastre se prelungesc în mişcări mai mult sau mai puţin săvârşite.

ILÚZIE Percepţie falsă a unui obiect prezent înaintea ochilor, determinată de legile de formare a percepţiilor sau de anumite stări psihice sau nervoase.

IMAGINÁŢIE Proces psihic secundar, solidar şi analog cu gândirea de a forma şi de a activa imagini mentale, în absenţa oricărui model perceput şi de a crea noi reprezentări sau idei pe baza percepţiilor, reprezentărilor sau ideilor acumulate anterior.

IMÁGINE Produsul reflectării senzoriale a unui obiect printr-o senzaţie, percepţie sau reprezentare; formaţiune intuitivă, schematizată la diverse nivele ale generalizării senzoriale redând mai mult sau mai puţin izomorf structura unui obiect sau categorii de obiecte sau relaţii.

INCONŞTIÉNT Ansamblu de dispoziţii, stări, procese psihofiziologice şi psihice care, momentan sau stabil, nu sunt conştiente. Acea zonă „de profunzime”, instanţă a sistemului psihic uman, care nu

intră în sfera conştientului, deci este (termen mai adecvat) aconştientă, fără a înceta să fie determinantă pentru sistemul psihic în ansamblul său.

INDICATÓRI AI ADÂNCIMII Diverse tipuri de informaţii vizuale care, în mod logic sau matematic, oferă informaţii despre cea de a treia dimensiune, profunzimea, imaginii.

INFERÉNŢĂ Strategie a gândirii, constând din derivarea unui enunţ din altul sau din extragerea, dintr-un fapt sau o aserţiune dată a tuturor consecinţelor care pot rezulta.

INFORMÁŢIE Strâns legată de noţiunile de informare, de mesaj şi de comunicare informaţia se referă la toate cunoştinţele, datele, semnificaţiile unui semn, simbol sau a unui grup de simboluri (text scris, mesaj vorbit, imagini plastice, indicaţie a unui instrument etc.) capabil să declanşeze o reacţie (acţiune) materială a unui sistem dinamic de autoreglare pentru care sistemul este condiţionat şi finalizat.

IPOTÉZA LEXICÁLĂ Supoziţie lansată în anii '30 de către Gordon Allport şi Henry S. Odbert, potrivit căreia diferenţele cele mai evidente şi mai relevante din punct de vedere social dintre indivizi vor fi în cele din urmă codate în limba vorbită, iar cele mai importa'nte vor fi probabil desemnate printr-un singur cuvânt.

INTELIGÉNŢĂ (1) Funcţie psihologică sau ansamblu de funcţii datorită cărora organismul se adaptează la mediu elaborând combinaţii originale ale conduitelor, achiziţionează şi foloseşte cunoştinţe noi şi, eventual, raţionează şi rezolvă problemele conform regulilor degajate prin formalizările logicii prin puterea minţii de a stabili legături şi a face legături între legături. (2) Capacitatea de a înţelege uşor şi bine, de a sesiza ceea ce este esenţial, de a rezolva situaţii sau probleme noi pe baza experienţei acumulate anterior.

INTELIGÍBIL Ceea ce poate fi înţeles sau descifrat prin semnificaţii, prin reducere la un model intelectual de care subiectul dispune sau pe care şi-1 construieşte ad-hoc.

INTÉNŢIE Pornire interioară conştientă, însoţită de un efort volitiv (de a înfăptui ceva); faptul de a-ţi propune un scop, corespunzând unei voinţe sau dorinţe ce precedă o acţiune.

INTERIORIZÁRE (1) Ansamblul de procese prin care anumite elemente ale lumii exterioare sunt integrate la nivelul funcţionării mentale a unui subiect, sub formă de reprezentări ce contribuie la reorganizarea structurilor afective sau cognitive anterioare; (2) Procedeu al vieţii psihice de a se deconecta de evenimentele din ambianţă şi a se închide în sine, orientându-se către propriul eu, prin urmărirea propriilor

trăiri subiective; predominare a tendinţei conştiinţei de a se centra pe examinarea propriilor desfăşurări sufleteşti, de a se închide în sine, neglijând lumea externă.

INTROSPÉCŢIE Vedere sau privire orientată spre interior, spre observarea şi înregistrarea percepţiilor, gândurilor şi sentimentelor şi trăirilor proprii.

INTROVERSIÚNE – EXTROVERSIÚNE (1) Dimensiune a personalităţii pentru care la un capăt se află indivizii timizi, retraşi, care experimentează în special emoţii negative, iar la celălalt cei activi sociali, care tind a avea experienţe pozitive; (2) Dimensiune a unei atitudini de bază faţă de viaţă prin care individul îşi găseşte semnificaţia şi sensul în lumea sa interioară de gânduri şi trăiri pe de o parte, pe de alta o atitudine în care semnificaţia şi sensul este descoperit în lumea exterioară a obiectelor şi acţiunilor; (3) O dimensiune a excitabilităţii sistemului nervos în care persoanele care reacţionează puternic la stimuli sunt la un capăt, iar la celălalt persoanele cu reacţii puţin intense, la celălalt capăt, astfel încât persoanele introvertite, mai puternic afectate, vor căuta să reducă nivelul de stimulare, pe când cele extrovertite, mai puţin afectate vor căuta mai multă stimulare, ambele tipuri menţinând un nivel interior de stimulare similar.

INTUÍŢIE (1) Capacitatea gândirii de a descoperi nemijlocit şi imediat adevărul pe baza experienţei şi a cunoştinţelor dobândite anterior, fără raţionamente logice preliminare; (2) Cunoaştere perceptivă nemijlocită de raţionament (în măsura în care este posibilă distincţia între percepţie şi gândire).

IPOTÉZĂ Presupunere, enunţată pe baza unor fapte cunoscute, cu privire la anumite (legături între) fenomene care nu pot fi observate direct sau cu privire la esenţa fenomenelor, la cauza sau la mecanismul intern care le produce; presupunere cu caracter provizoriu, formulată pe baza datelor experimentale existente la un moment dat sau pe baza intuiţiei, impresiei etc.

ÎNĂLŢÍMEA A SUNETULUI Sau înălţimea tonală este acea particularitate a senzaţiei auditive care ne face să considerăm că sunetul este mai mult sau mai puţin grav sau ascuţit în funcţie de frecvenţa sa mai mică sau mai mare.

ÎNVĂŢÁRE Activitate de însemnătate fundamentală pentru adaptarea la mediu şi dezvoltarea psihocomportamentală, este în esenţă

o asimilare activă de informaţie însoţită de achiziţionarea de noi operaţii şi deprinderi.

LEXÉM Cuvânt sau parte de cuvânt care serveşte ca suport minimal al semnificaţiei.

LÍBIDO, **LIBIDINÁL** În psihanaliză reprezintă forţa de bază sau energia biologică de bază a persoanei (Eros), care apare din fondul inconştient şi care acţionează asupra conştiinţei şi comportamentului ca o pulsiune sau imbold orientat către prezervare (dragoste, sex, procreaţie), opusă Thanatos-ului sau energiei orientate către (auto)distrugere.

LIMBÁJ Capacitatea cu care este înzestrată orice fiinţă umană normal constituită, de a învăţa şi de a folosi unul sau mai multe sisteme de semne verbale pentru a comunica cu semenii săi şi a-şi reprezenta lumea.

LÍMBĂ Sistem hiper-complex de comunicare socială alcătuit din sunete articulate, specific oamenilor, prin care aceştia îşi exprimă gândurile, sentimentele şi dorinţele.

LÚDIC Activitatea prin excelenţă liberă care ţine de joc în oricare din formele acestuia, de la jocul copiilor şi până la cel al adulţilor.

MEMÓRIE Proprietate a creierului omenesc de a achiziţiona, reţine, recunoaşte şi reproduce senzaţii, sentimente, mişcări, cunoştinţe etc. din trecut. Pot fi decelate mai multe tipuri de memorie: *Memorie de lucru* Amintirile stocate pe termen foarte scurt (câteva secunde); *Memorie de lungă durată* Amplu depozit de informaţii în care păstrăm toate informaţiile care ne sunt accesibile în memorie; *Memorie de scurtă durată* A doua locaţie de depozitare a informaţiilor (după memoria senzorială) în care sunt stocate informaţiile selectate din memoria senzorială; *Memorie episodică* Tip de memorie în care se acumulează evenimentele trăite personal de un subiect, alcătuite „din episoade” care pot fi localizate datorită coordonatelor de timp şi de loc şi aflate la originea unei biografii singulare; *Memorie explicită* Tip de memorie ce stă la baza abilităţilor perceptive şi cognitive. Se exprimă frecvent ca îmbunătăţire a unei performanţe perceptuale sau cognitive, fără amintirea conştientă a experienţelor ce au determinat această ameliorare; *Memorie semantică* Tip de memorie în care sunt stocate cunoştinţele generale, de exemplu: înţelesul cuvintelor. Cunoştinţele sunt codificate în raport cu alte cunoştinţe, şi nu în funcţie de cel care memorează;

Memorie senzorială (memoria tampon sau *buffer*) Cea care conservă caracteristicile fizice ale stimulilor mai puţin de o secundă.

METÓDĂ Ansamblu de proceduri, demersuri sau reguli care formează o structură de ordine, un program după care se reglează acţiunile practice şi intelectuale în vederea atingerii unui scop sau obţinerii unui rezultat.

MONOZIGÓT Despre gemenii (genetic) identici care provin din același ovul fecundat, dintr-un ou unic, având placenta comună.

MORFÉM Cea mai mică unitate lingvistică care dispune de o semnificaţie proprie (lexicală sau gramaticală).

MOTIVÁŢIE Ansamblu, sistem de impulsuri, imbolduri, pulsiuni interne, energizări şi activări, stări tensionale sau mobiluri ale acţiunilor, care conferă energie comportamentului şi conduitei şi le direcţionează.

NERV Prelungire a celulelor nervoase în formă de fascicule de fibre, care conduc excitaţiile senzitive de la organele periferice ale corpului către centrul celular şi excitaţiile motorii de la centrul celular către organele periferice.

NEURÓN Celulă nervoasă care cuprinde trei părţi: corpul celular, dendritele şi axonul. Neuronii se află la originea comunicării nervoase, a transmiterii de informaţie şi a conservării sale şi stau la baza activităţii mentale.

NEUROTRANSMIŢĂTÓR Substanţă chimică, adesea numită mediator sau reglator, eliberată de terminaţiile nervoase la nivelul sinapselor, sub influenţa unei excitaţii (influx nervos). Ea permite, prin interacţiunea sa cu receptori specifici, trecerea influxului nervos de la un nerv la un organ efector (muşchi) sau de la un neuron la alt neuron (neuro-transmisie).

OPERÁŢIE Abilitatea de a imagina şi efectua acţiuni la nivel mental, modalitate de lucru neuropsihică, dispoziţie instrumentală, acţiune interiorizată, transformare senzoriomotorie sau mintală, care, după J. Piaget, se defineşte nu izolat sau de sine stătător, ci prin apartenenţa la o structură de ansamblu, dotată cu reversibilitate. Prin operaţii cognitive subiectul compune concepte, produce judecăţi asupra realităţii sau judecă valoarea de adevăr sau fals a unei credinţe sau a unei propoziţii, sau meditează, adică deduce o propoziţie plecând de la un ansamblu de premise considerate drept adevărate sau false.

PARADÍGMĂ Cadrul unor presupuneri şi idei utilizate de un grup de oameni de ştiinţă şi de profesionişti, utilizat ca bază pentru judecăţile şi demersurile lor. În psihologie, indică o procedură metodologică ce constituie un model de referinţă pentru concepţia cercetărilor experimentale. Adjectivul paradigmatic este folosit într-un sens apropiat pentru a desemna caracterul tipic (sau caracterul „exemplar") al unui obiect, al unui comportament sau al unui caz clinic.

PATOLÓGIC Care indică o boală fizică sau psihică; o modalitate de acţiune sau funcţionare anormală sau provocată de o boală.

PERCÉPŢIE Proces psihic complex-senzorial şi cu un conţinut obiectual realizând reflectarea directă şi unitară a ansamblului însuşirilor şi structurii obiectelor şi fenomenelor, în forma imaginilor primare sau a perceptelor.

PERMANÉNŢĂ A OBIECTULUI Permanenţa este o proprietate acordată de către subiect unui obiect căruia îi postulează o existenţă în timp independentă de percepţia sau concepţia pe care o poate avea despre acesta.

PERSONALITÁTE Subiectul uman văzut ca unitate bio-psiho-socială considerat prin prisma *pattern*-urilor distincte şi caracteristice de gândire, emoţie şi comportament care îi definesc stilul individual de interacţiune cu mediul fizic şi social.

PRAG Nivel sau mărime la care apare sau dispare un fenomen psihic sau devine posibilă o discriminare. În psihofiziologie sunt definite mai multe tipuri de praguri precum: *Prag absolut* minim sau maxim de percepţie a unui stimul care defineşte limita inferioară (începând de la care...) şi superioară (până la care...) un stimul produce senzaţii de o anume modalitate sau *Prag diferenţial* Valoare minimală care trebuie adăugată (prag diferenţial superior) sau suprimată (prag diferenţial inferior) la un stimul pentru ca o diferenţă să fie percepută.

PRINCÍPII ETICE Principiile care stabilesc ceea ce este considerată a fi o practică onorabilă, cinstită şi acceptabilă social.

PRINCÍPIUL PLĂCÉRII Unul dintre cele două principii care guvernează, după Freud, funcţionarea mentală, care determină ansamblul vieţii psihice de a funcţiona în direcţia evitării neplăcerii şi reducere a tensiunii, precum şi către procurarea plăcerii.

PRINCÍPIUL REALITĂŢÍI Unul dintre cele două principii care guvernează, după Freud, funcţionarea mentală şi care mijloceşte, limitează sau înlocuieşte principiul plăcerii prin acomodarea acţiunii,

scopurilor şi dorinţelor subiectului la datele şi cerinţele realităţii în raport cu care subiectul se restructurează şi dobândește o experienţă.

PSÍHIC Formă specifică de reflectare a realităţii, produsă de activitatea sistemului nervos şi prezentă la animalele superioare; totalitatea fenomenelor şi a proceselor proprii acestei reflectări. Psihicul reprezintă modalitatea superioară a existenţei biosociale, ansamblu de stări, însuşiri, fenomene şi procese subiective ce depind cu necesitate de mecanismele cerebrale şi de interacţiunea cu lumea obiectivă, îndeplinind funcţii de raportare la lume şi la sine prin orientare, reflectare, planificare mentală şi acţiuni transformativ-creative.

REACTIVITÁTE Capacitatea organismelor de a răspunde la stimuli cu efecte adaptative.

RECEPTÓR Celulă specializată, sensibilă la un anumit tip de stimuli şi conectată la nervi formaţi din neuronii aferenţi (de exemplu: retina). La modul general, termenul desemnează organul ce conţine acest tip de celule (de exemplu: ochiul sau urechea).

REFLÉX Mecanism fundamental al comportamentului, constând în reacţia de răspuns, motorie sau secretorie a organismului, mediat prin sistemul nervos, la acţiunea unui stimul extern sau intern. El reprezintă relaţia fundamentală a activităţii neuropsihice.

REPREZENTÁRE Proces şi produs (imagine) de ordin secundar sau construirea imaginii obiectului actual şi prezent, în absenţa acestuia şi chiar fără ca existenţa sa să fie obligatorie.

REZONÁNȚĂ Stare de vibraţie în care se găseşte un corp sau un sistem fizic când asupra lui se exercită o acţiune exterioară periodică, cu o frecvenţă egală ori apropiată cu frecvenţa proprie vibraţiei corpului sau a sistemului. Gradul în care un sunet de o anumită frecvenţă reverberează pe o distanţă stabilită matematic.

REZONÁNŢĂ MAGNÉTICĂ NUCLEÁRĂ (MRI – *magnetic resonance imaging*). Procedură computerizată de scanare, ce foloseşte câmpuri magnetice şi impulsuri radio puternice pentru a realiza o imagine transversală a creierului sau a organismului. Are o mai mare precizie decât tomografia computerizată.

SCHÉMĂ (1) Structură cognitivă care ne ajută să percepem, să organizăm, să procesăm şi să folosim informaţiile; (2) convingeri şi cunoştinţe organizate despre oameni, obiecte, evenimente şi situaţii.

SEMNÁL Ceea ce observatorul încearcă să detecteze într-un experiment.

SENSIBILITÁTE Facultate de a percepe impresiile venite de la corp sau din lumea exterioară.

SENSIBILIZÁRE Procesul prin care organismul învaţă să îşi intensifice reacţiile faţă de un stimul ca urmare a repetiţiei acestuia.

SENTIMÉNT Stare afectivă complexă, combinaţie de elemente emotive şi imaginative, mai mult sau mai puţin clară, stabilă, care persistă în absenţa oricărui stimul.

SENZÁŢIE Impresie subiectivă provocată de excitaţia unui receptor.

SFÉRĂ Totalitatea obiectelor, fenomenelor sau proceselor care posedă caracteristicile sau notele definitorii ale unui concept.

SIMBÓL Semn, obiect, imagine etc. care reprezintă indirect (în mod convenţional sau în virtutea unei corespondenţe analogice) un obiect, o fiinţă, o noţiune, o idee, o însuşire, un sentiment etc.

SIMPTÓM Manifestare, tulburare funcţională sau senzaţie anormală resimţite de o fiinţă şi care pot indica prezenţa unei boli.

SINÁPSĂ Punct (în fapt, structură funcţională) de contact între doi neuroni, la nivelul căruia se face transmiterea influxului nervos de la o celulă nervoasă la alta prin intermediul unor neuro-transmiţători biochimici.

SINDRÓM Ansamblu bine determinat, coerent, de simptome şi semne intercorelate, care caracterizează mai multe afecţiuni (entităţi morbide) posibile (nu una singură), putând, însă, sublinia o modalitate patologică sau caracteriza o afecţiune.

SÍNE Una dintre cele trei instanţe ale personalităţii, descrisă de Freud, ca fiind un complex de instincte şi de tendinţe refulate, care are caracter apersonal şi nu este trăit în mod conştient.

SISTÉMUL ACTIVATÓR ASCENDÉNT RETICULÁT (SRAA) Este un sistem fiziologic neuronal de la nivelul encefalului care controlează generic gradul de activitate al sistemului nervos central, inclusiv stările de veghe, atenție şi somn. Stimularea SRAA are un efect tonic difuz, de lungă durată şi remanent, prelungindu-se şi după încetarea stimulării senzoriale.

SISTÉM NERVÓS CENTRÁL Totalitatea neuronilor din creier şi măduva spinării.

SISTÉM NERVÓS PERIFÉRIC Nervii care conectează creierul şi măduva spinării cu alte părţi ale corpului.

SISTÉM NERVÓS VEGETATÍV Parte a sistemului nervos care asigură conducerea şi coordonarea funcţionării organelor şi intervine în reglarea proceselor fiziologice ale organelor interne.

SOMN Stare fiziologică periodică, neunitară, definită prin reducerea activităţii, relaxarea tonusului muscular şi suspendarea conştiinţei. Pe parcursul acesteia pot fi deosebite stările de **Somn non-REM** în care mişcările oculare sunt absente, se produce o scădere marcantă a frecvenţei cardiace şi a ratei respiratorii, muşchii sunt relaxaţi, iar metabolismul cerebral scade cu 25-30% faţă de starea de veghe şi cea de **Somn REM** (*rapid eye movement*) în cursul căreia apar mişcările oculare rapide, iar subiectul visează.

STÁDIUL OPERÁŢIILOR CONCRÉTE Al treilea din cele patru stadii piagetiene de dezvoltare cognitivă, caracterizat prin nevoia de a stabili o relaţie între probleme şi circumstanţe sau evenimente reale.

STÁDIUL OPERÁŢIILOR FORMÁLE Cel de-al patrulea dintre cele patru stadii piagetiene de dezvoltare cognitivă, în care subiectul este capabil de gândire abstractă şi raţionament logic.

STÁDIUL PREOPERAŢIONÁL Cel de al doilea stadiu dintre cele patru stadii piagetiene de dezvoltare cognitivă, caracterizat prin capacitatea de concentrare la un moment dat asupra unui singur atribut al unui obiect.

STÁDIUL SÉNZORIO-MOTÓRIU Primul dintre cele patru stadii piagetiene de dezvoltare cognitivă, caracterizat prin receptivitate faţă de informaţia senzorială şi dezvoltarea primelor scheme prin intermediul explorărilor mişcării din mediul înconjurător.

STEREOTÍP În psihologia socială, credinţă sau reprezentare rigidă şi simplificatoare, în general împărtăşită de un grup mai mult sau mai puţin numeros (eventual membrii unei întregi societăţi), referitoare la instituţii, persoane sau grupuri.

STÍMUL Orice eveniment al lumii fizice care poate excita unul din aparatele receptoare ale organismului şi prin aceasta să fie la originea unui răspuns al acestuia.

STOCÁRE Proces sau capacitate psihofiziologică de fixare prin memoria de lungă durată a unei cantităţi anumite de informaţie (recepţionată şi prelucrată într-un interval de timp dat) şi de conservare pentru o bună evocare.

STRES (1) Situaţie, stimul, ce pune organismul într-o stare de tensiune; (2) Însăşi starea de tensiune deosebită a organismului prin care

acesta îşi mobilizează toate resursele sale de apărare pentru a face faţă unei agresiuni fizice sau psihice (emoţie puternică).

STRUCTÚRĂ Construcţie, totalitate organizată, în care părţile sunt dependente de întreg şi, în consecinţă, solidare unele cu altele.

SUBCONŞTIÉNT Termen care desemnează fenomenele şi însuşirile psihofiziologice şi psihice care nu persistă permanent în sfera conştiinţei dar pot păşi selectiv şi cu uşurinţă pragul acesteia în raport cu împrejurările.

SUPRA-EU Cea de a treia instanţă a personalităţii, care constituie expresia existenţei individului în mediul social; el este purtătorul normelor etico-morale şi a regulilor de convieţuire sociale.

TALÁMUS Două grupuri de nuclei de celule nervoase localizaţi deasupra trunchiului cerebral, înăuntrul emisferelor cerebrale. Considerat a face parte din nucleul central al creierului. Una dintre ariile sale funcţionează ca staţie de releu senzitiv, iar cealaltă are un rol în somn şi mers.

THANÁTOS termen grecesc însemnând Moartea utilizat în psihanaliză pentru a desemna pulsiunea către moarte, către autodistrugere, manifestată de obicei în spre în afară în forma agresiunii faţă de ceilalţi.

TEORÍA BIFACTORIÁLĂ Teorie conform căreia emoţiile sunt rezultatul combinării a doi factori: o stare iniţială de activare inexplicabilă plus o interpretare cognitivă a acesteia.

TESTE PSIHOMÉTRICE Metode de măsurare a diverselor caracteristici psihice.

TRANSDÚCŢIE Transformarea energiei fizice venite de la stimuli în semnale electrice care ajung la creier.

UNDĂ SONÓRĂ O undă definită de variaţia periodică a presiunii aerului în timp.

UNITÁTE PROPOZIŢIONÁLĂ (1) Exprimă o propoziţie sau o aserţiune (2) Unitate gramaticală ce poate fi o propoziţie sau o frază.

VARIÁBILĂ Caracteristică măsurabilă a obiectelor, fenomenelor şi proceselor ce poate lua diferite valori. În funcţie de gradul în care poate fi manipulată avem: *Variabilă dependentă* (1) Aspectul măsurat într-un experiment, ale cărui schimbări depind de variabila independentă. (2) Variabilă care depinde ipotetic de valoarea variabilei independente şi *Variabilă independentă* (1) Condiţiile experimentale stabilite de cercetător pentru a cauza un efect. Acestea sunt variate în mod sistematic, astfel încât experimentatorul să poată

extrage concluziile legate de schimbările survenite. (2) Variabila independentă de acţiunile participantului.

ZGÓMOT Orice stimul din mediu irelevant pentru ceea ce încearcă observatorul să detecteze.

(În realizarea *Minidicţionarului de termeni de specialitate* au fost folosite definiţii *in extenso*, cumulate sau parţiale din Paul Popescu-Neveanu, *Dicţionar de psihologie*, Bucureşti: Editura Albatros, 1978; Roland Doron şi Francoise Parot, *Dicţionar de psihologie*, Humanitas, 2008; Norbert Sillamy, *Dicţionar de psihologie Larousse*, Bucureşti: Univers Enciclopedic, 2009; Jacques Postel, *Dicționar de psihiatrie si psihopatologie clinica Larousse*, Bucureşti: Univers Enciclopedic, 1998; Jean Laplanche şi J. B. Pontalis, *Vocabularul psihanalizei*, Bucureşti: Humanitas, 1994; *Dicţionarul explicativ al limbii române*, ediţia a II-a, Academia Română, Institutul de Lingvistică „Iorgu Iordan”, Editura Univers Enciclopedic, 1998; *Noul dicţionar explicativ al limbii române*, Editura Litera Internaţional, 2002; *Micul dicţionar academic*, Academia Română, Institutul de Lingvistică „Iorgu Iordan”, Editura Univers Enciclopedic, 2002 ş.a.m.d.)

Mulţumesc colegului meu, conferenţiar universitar doctor Dan *Ioan Dascălu, pentru contribuţia adusă* la realizarea *capitolelor II şi X.*

Îi mulţumesc, de asemenea, fostei mele studente, Laura Dumitriu, pentru *asistenţa* oferită în *pregătirea* manuscrisului pentru *tipar*.